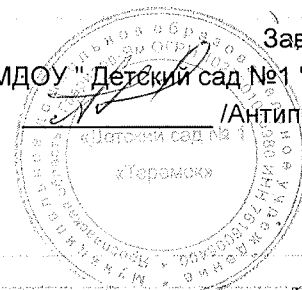


Утверждаю

Заведующий
МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"
/Антипина Н.Ю.

МЕНЮ

24 января 2024 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	8,30	0,10	75,00	0,0
2008	к/к	БАТОН НАРЕЗОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,66	1,03	18,25	93,03	0,0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,69	4,98	20,12	145,29	0,8
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	6,95	7,99	21,08	185,07	0,7
Итого			426	14,40	22,30	59,55	498,39	1,5
II Завтрак								
		СНЕЖОК	154	3,89	3,74	16,47	115,29	0,0
Итого			154	3,89	3,74	16,47	115,29	0,0
Обед								
2002	4	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	7,05	9,23	10,07	154,47	4,9
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	2,73	4,24	8,11	83,13	24,5
2008	283	ТЕФТЕЛИ ИЗ КУРЫ	70/35	11,53	14,96	6,38	206,20	0,8
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	20	0,22	0,04	0,77	4,88	5,0
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	11,85	47,38	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,68	0,36	17,13	82,42	0,0
Итого			695	24,21	28,83	54,31	578,48	35,3
Полдник								
1994		Рыба (филе) тушённая в томате с овощами	115	13,97	5,95	2,46	119,87	1,4
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,91	0,74	13,11	66,83	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ	160/5	0,08	0,00	12,01	48,31	0,0
2008		ГРУША	204	0,82	0,61	21,02	95,91	10,2
Итого			510	16,78	7,30	48,60	330,92	11,6
Всего				59,28	62,17	178,93	1 523,08	48,6

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.