Утверждаю

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

МЕНЮ

27 марта 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	0,10	8,30	0,10	75,00	0,00
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	215	6,51	6,97	27,10	198,25	0,74
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,66	4,98	18,44	138,33	0,83
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,67	1,03	18,29	93,25	0,00
Итого			**440**	**13,94**	**21,28**	**63,93**	**504,83**	**1,57**
II Завтрак								
		СНЕЖОК	129	3,25	3,12	13,75	96,28	0,00
Итого			**129**	**3,25**	**3,12**	**13,75**	**96,28**	**0,00**
Обед								
2012	62	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ СО СМЕТАНОЙ	220	5,99	6,48	9,48	123,34	10,31
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	8,13	6,33	3,61	104,13	0,42
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	170	3,15	5,14	21,31	144,63	10,36
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	18	0,14	0,02	0,44	2,49	1,78
2008	437	НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	170	0,06	0,02	10,77	44,53	0,71
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,63	0,35	16,81	80,89	0,00
Итого			**693**	**20,10**	**18,34**	**62,42**	**500,01**	**23,58**
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
2012	449	ОЛАДЬИ	105/30	6,73	8,26	43,77	276,63	0,21
Итого			**315**	**11,79**	**13,85**	**51,98**	**381,39**	**1,15**
Всего				**49,08**	**56,59**	**192,08**	**1 482,51**	**26,30**

Васина Е.Ю. _____

повар _____ Шиткова Е.И.