

Утверждаю

МДОУ «Детский сад №1

«Теремок»

Заведующий МДОУ "Детский сад №1 " Теремок

/Антипина Н.Ю./

152240, Я.

г. Гаврилов-Ям, ул. Луначарского, д. 17

Телефон: 8 (48534) 2-48-47, 2-00-05

**МЕНЮ**

28 февраля 2024 г.

Сад 10 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                          | 10     | 0,10              | 8,30    | 0,10             | 75,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 190                 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И<br>РИСА "ДРУЖБА" | 200    | 5,89              | 6,88    | 22,30            | 175,80                                   | 0,74                  |
| к/к                           | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                          | 180    | 4,67              | 4,98    | 18,74            | 139,65                                   | 0,83                  |
| 2008                          |                     | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ                | 35     | 2,60              | 1,00    | 17,80            | 90,73                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 425    | 13,26             | 21,16   | 58,94            | 481,18                                   | 1,57                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | СНЕЖОК                                    | 146    | 3,68              | 3,53    | 15,55            | 108,84                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 146    | 3,68              | 3,53    | 15,55            | 108,84                                   | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 62                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ СО<br>СМЕТАНОЙ     | 190    | 6,09              | 6,67    | 8,20             | 120,06                                   | 6,27                  |
| 2012                          | 249                 | РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ                 | 65     | 8,24              | 6,27    | 3,55             | 103,74                                   | 0,42                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                         | 150    | 3,15              | 5,21    | 21,29            | 145,04                                   | 10,34                 |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                            | 19     | 0,21              | 0,04    | 0,73             | 4,61                                     | 4,81                  |
| 2008                          | 437                 | НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ                        | 185    | 0,07              | 0,03    | 11,97            | 49,52                                    | 0,80                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                               | 40     | 2,62              | 0,35    | 16,80            | 80,83                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 649    | 20,38             | 18,57   | 62,54            | 503,80                                   | 22,64                 |
| Полдник                       |                     |                                           |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                          | 181    | 5,08              | 5,61    | 8,24             | 105,08                                   | 0,94                  |
| 2012                          | 449                 | ОЛАДЫ                                     | 105/30 | 6,66              | 8,79    | 43,61            | 280,38                                   | 0,22                  |
| Итого                         |                     |                                           | 316    | 11,74             | 14,40   | 51,85            | 385,46                                   | 1,16                  |
| Всего                         |                     |                                           |        | 49,06             | 57,66   | 188,88           | 1 479,28                                 | 25,37                 |

Васина Е.Ю. \_\_\_\_\_

повар \_\_\_\_\_

Шиткова Е.И.