

Утверждаю



Заведующий

МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"

Антипина Н.Ю./

МЕНЮ

29 ноября 2023 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	0,00
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	200	5,75	6,82	21,17	170,15	0,74
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,70	4,98	19,63	143,29	0,83
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,59	1,00	17,72	90,31	0,00
Итого			424	13,14	21,10	58,62	478,75	1,57
II Завтрак								
		СНЕЖОК	151	3,80	3,66	16,08	112,59	0,00
Итого			151	3,80	3,66	16,08	112,59	0,00
Обед								
2012	62	БОРЩ С КАПУСТОЙ СВЕЖЕЙ СО СМЕТАНОЙ	200	6,77	6,63	9,23	126,97	7,58
2012	249	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	65	8,33	5,62	3,88	99,65	0,44
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,15	5,13	21,36	144,66	10,38
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	21	0,23	0,04	0,81	5,09	5,30
2008	437	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,13	0,05	12,22	50,66	10,07
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			656	21,26	17,82	64,46	508,61	33,77
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
		хлопья кукурузные	33	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			213	5,06	5,59	8,21	104,76	0,94
Всего				43,26	48,17	147,37	1 204,71	36,28

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.