

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"

/Антипина Н.Ю.



МЕНЮ

30 января 2024 г.

Сад 10 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, м
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	21,79	12,80	13,84	262,85	0,0
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,93	2,41	6,39	51,09	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,05	5,34	19,23	146,72	0,8
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,68	1,04	18,39	93,74	0,0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	6,64	0,08	60,00	0,0
Итого			424	30,53	28,23	57,93	614,40	0,9
II Завтрак								
2008		БАНАН	144	2,16	0,72	30,18	137,98	14,3
Итого			144	2,16	0,72	30,18	137,98	14,3
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	190	5,59	6,43	9,61	121,38	8,1
2008	315	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	13,59	16,63	11,16	248,56	0,8
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	120	2,75	4,47	28,78	166,39	0,0
2012	54	ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,84	2,43	4,90	45,66	2,0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	175	0,00	0,00	11,62	46,44	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,62	0,35	16,77	80,68	0,0
Итого			650	25,39	30,31	82,84	709,11	10,9
Полдник								
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	1,86	2,60	11,35	78,75	4,2
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,27	0,88	15,53	79,18	0,0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,43	2,47	0,00	32,50	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,62	2,80	15,89	99,91	0,4
Итого			344	9,18	8,75	42,77	290,34	4,7
Всего				67,26	68,01	213,72	1 751,83	31,0

Васина Е.Ю. _____

повар _____

Шиткова Е.И.