

Утверждаю

Заведующий

МДОУ "Детский сад №1" Теремок

Антипина Н.Ю.

МЕНЮ

30 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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,36	2,41	0,00	31,68	0,00
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,32	7,60	19,28	171,95	0,75
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,61	2,80	15,80	99,51	0,49
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
Итого			394	13,92	13,83	53,07	394,84	1,30
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	148	2,23	0,74	31,15	142,41	14,83
Итого			148	2,23	0,74	31,15	142,41	14,83
Обед								
		суп гороховый	195	12,08	6,27	22,59	195,21	4,89
2008	290	ОЛАДЫ ИЗ ПЕЧЕНИ	80/40	13,20	10,18	6,86	190,25	9,08
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,82	4,11	30,82	179,61	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	185	0,00	0,00	11,54	46,13	0,00
Итого			675	32,75	20,91	88,77	692,78	13,97
Полдник								
2012	409	ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	120	14,62	8,75	39,85	297,32	6,72
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,07	5,60	8,23	104,98	0,94
Итого			300	19,69	14,35	48,08	402,30	7,66
Всего				68,59	49,83	221,07	1 632,33	37,76

Васина Е.Ю.

повар

Шиткова Е.И.