

Утверждаю

Заведующий

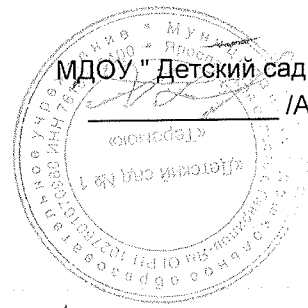
МДОУ "Детский сад №1 "Теремок"

/Антипина Н.Ю./

МЕНЮ

3 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)	10	2,46	2,51	0,00	32,98	0,07
2008	189	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,20	7,42	18,71	167,37	0,74
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	145	2,64	2,78	15,72	99,21	0,49
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,19	0,85	15,02	76,55	0,00
Итого			384	13,49	13,56	49,45	376,11	1,30
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,60	0,00	13,40	53,82	2,39
Итого			120	0,60	0,00	13,40	53,82	2,39
Обед								
		суп гороховый	200	12,57	6,49	22,76	199,71	4,61
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	4,87	4,33	31,15	183,29	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	12,31	9,19	2,85	162,00	8,89
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	175	0,00	0,00	11,39	45,53	0,00
Итого			660	32,40	20,36	85,11	672,11	13,50
Полдник								
2012	409	ЗАПЕКАНКА ИЗ МОРКОВИ И ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	120	15,40	9,30	36,06	291,17	5,83
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	175	0,03	0,00	12,41	49,70	0,01
Итого			295	15,43	9,30	48,47	340,87	5,84
Всего				61,92	43,22	196,43	1 442,91	23,03

Васина Е.Ю.

повар

Шиткова Е.И.