

МЕНЮ

10 марта 2026 г.

Сад



Заведующий
МБДОУ детский сад № 7
Воронина Татьяна Геннадьевна/

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								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ	200	6,10	7,85	29,66	214,41	0,5
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,42	2,57	10,43	75,25	0,41
2012		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	0,03	4,17	0,04	37,77	0,00
Итого			425	8,55	14,59	40,13	327,43	0,92
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,52	0,10	10,49	44,65	2,08
Итого			100	0,52	0,10	10,49	44,65	2,08
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,35	0,04	0,75	5,72	2,20
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	4,72	4,29	15,43	119,51	3,78
2012	115	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	298	СУФЛЕ ИЗ МЯСА	70	9,90	24,97	3,17	277,18	0,08
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,70	4,03	26,80	162,96	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,12	32,46	0,00
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			680	19,67	33,33	54,27	597,83	6,06
Полдник								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,17	3,60	6,04	77,69	0,43
2008		БАТОН	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			170	4,17	3,60	6,04	77,69	0,43
Ужин								
2012	449	ОЛАДЫ С ДЖЕМОМ	150/30	9,83	12,13	74,06	441,93	4,91
2012	392	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,10	0,00	0,20	1,17	0,02
Итого			360	9,93	12,13	74,26	443,10	4,93
Всего				42,84	63,75	185,19	1 490,70	14,42