

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

1 ноября 2024 г.

Сад 9 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	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	7,62	9,35	27,54	220,82	0,87
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2010	99	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ СГУЩЕННОМ	180	1,61	2,20	25,56	128,26	0,11
Итого			387	9,30	17,36	53,17	401,58	0,98
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	141	0,56	0,56	13,80	66,20	14,08
Итого			141	0,56	0,56	13,80	66,20	14,08
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	250	5,47	5,49	14,42	129,59	0,60
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	53	0,42	0,05	1,32	7,39	5,28
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	8,27	7,70	13,31	155,78	6,73
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,63	58,50	0,00
Итого			688	18,33	13,87	69,11	473,64	12,61
Полдник								
2008		ВАФЛИ	40	1,12	1,32	30,92	141,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,33	41,28	0,00
Итого			220	1,12	1,32	41,25	182,88	0,00
Всего				29,31	33,11	177,33	1 124,30	27,67

повар _____ Грибова И.Г.