

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

7 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,89	6,38	22,79	167,28	0,45
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,10	3,31	14,73	101,10	0,56
Итого			417	10,35	15,69	52,64	391,93	1,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,00	0,00	11,50	46,00	2,00
Итого			100	0,00	0,00	11,50	46,00	2,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	250	3,57	5,12	20,85	144,03	10,18
		ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	100/50	14,46	12,02	24,66	264,22	1,28
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	41	0,53	4,12	4,21	56,03	1,58
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	12,58	50,31	0,00
Итого			681	22,84	21,71	90,07	646,83	13,04
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	6,70	5,09	37,16	221,22	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,10	14,60	58,38	0,00
Итого			255	6,89	5,19	51,76	279,60	0,00
Всего				40,08	42,59	205,97	1 364,36	16,05

повар _____ Грибова И.Г.