

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

# МЕНЮ

8 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	4,42	6,31	23,65	166,51	0,39
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,91	3,00	15,58	101,14	0,48
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>9,94</b>	<b>15,33</b>	<b>56,03</b>	<b>399,09</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	167	0,90	0,18	17,87	77,59	3,62
<b>Итого</b>			<b>167</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>17,87</b>	<b>77,59</b>	<b>3,62</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП С МАКОРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250	5,19	2,99	12,32	97,59	0,65
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	9,60	7,77	4,00	124,40	0,40
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,87	0,38	18,37	88,38	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,00	39,99	0,01
<b>Итого</b>			<b>736</b>	<b>27,60</b>	<b>17,35</b>	<b>95,02</b>	<b>647,30</b>	<b>1,06</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,00	39,99	0,01
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>0,84</b>	<b>0,99</b>	<b>33,19</b>	<b>146,19</b>	<b>0,01</b>
<b>Всего</b>				<b>39,28</b>	<b>33,85</b>	<b>202,11</b>	<b>1 270,17</b>	<b>5,56</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.