

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

11 ноября 2024 г.

Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	7,10	8,90	26,60	214,36	0,87
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,49	0,12	9,79	46,18	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,21	1,65	21,83	106,84	0,08
Итого			407	9,87	16,48	58,29	419,88	0,95
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	167	0,00	0,00	19,17	76,67	3,33
Итого			167	0,00	0,00	19,17	76,67	3,33
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,17	7,84	15,86	159,45	15,97
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	10,52	7,19	10,32	148,27	0,11
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,20	3,96	28,88	168,73	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,49	0,12	9,79	46,18	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,10	14,60	58,38	0,00
Итого			690	25,88	19,65	100,65	682,99	16,08
Полдник								
		Снежок	82	2,47	2,06	9,07	65,17	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,49	0,12	9,79	46,18	0,00
Итого			102	3,96	2,18	18,86	111,35	0,00
Всего				39,71	38,31	196,97	1 290,89	20,36

повар _____ Грибова И.Г.