

Утверждаю

заведующий

МДОУ №10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

12 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								
		КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,78	8,96	26,81	215,41	0,87
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,16	0,18	14,22	67,10	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	4,83	0,09	44,14	0,00
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	0,49	0,82	6,89	36,84	0,04
Итого			415	9,50	14,79	48,01	363,49	0,91
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	146	0,08	0,08	12,62	51,90	0,76
Итого			146	0,08	0,08	12,62	51,90	0,76
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ И СОСИСКИ	250	7,82	7,16	23,84	191,71	7,92
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	66	7,06	15,35	0,25	167,53	0,00
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,90	9,29	10,61	133,95	7,54
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,16	0,18	14,22	67,10	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,59	30,31	0,01
Итого			694	22,25	32,42	77,71	692,58	15,47
Полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА с ДЖЕМОМ	105	11,57	6,67	36,44	248,48	5,20
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,63	58,50	0,00
Итого			285	11,77	6,77	51,07	306,98	5,20
Всего				43,60	54,06	189,41	1 414,95	22,34

повар _____ Грибова И.Г.