

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

16 октября 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	4,66	4,59	18,58	134,71	0,50
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,08	0,10	46,34	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,97	2,89	15,27	98,89	0,48
Итого			417	9,99	12,75	49,00	350,99	0,98
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	14,33	57,28	0,00
Итого			200	0,00	0,00	14,33	57,28	0,00
Обед								
2008	105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОСИСКОЙ	250	4,37	7,29	17,39	153,25	8,64
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	72	7,68	16,68	0,28	182,19	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,62	4,98	25,30	169,06	0,00
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	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,90	35,61	0,01
Итого			702	22,61	29,49	83,88	692,74	8,65
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	90	14,38	12,59	16,63	237,35	0,23
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,90	35,61	0,01
Итого			270	14,38	12,59	25,53	272,96	0,24
Всего				46,98	54,83	172,74	1 373,97	9,87

повар _____ Грибова И.Г.