

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

21 октября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,53	5,91	22,54	157,25	0,28
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,43	0,12	9,39	44,32	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	122	2,31	2,30	12,19	78,83	0,35
Итого			348	8,34	14,14	44,19	332,90	0,63
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	143	0,00	0,00	16,43	65,71	2,86
Итого			143	0,00	0,00	16,43	65,71	2,86
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	4,92	4,90	16,84	131,53	7,05
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	94	16,48	6,13	15,82	184,75	0,22
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	102	2,33	4,35	15,85	112,00	7,73
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	11	0,00	2,91	2,35	35,56	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,84	0,38	18,17	87,41	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,02	32,08	0,02
Итого			680	26,57	18,67	77,05	583,33	15,02
Полдник								
2008	435	СНЕЖОК	71	2,12	1,77	7,78	55,86	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,57	0,13	10,32	48,72	0,00
Итого			92	3,69	1,90	18,10	104,58	0,00
Всего				38,60	34,71	155,77	1 086,52	18,51

повар _____ Грибова И.Г.