

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

23 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,50	8,60	24,89	202,31	0,58
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	182	4,24	4,43	16,24	121,84	0,72
Итого			419	13,10	19,03	56,25	447,70	1,30
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	181	0,00	0,00	21,62	86,44	0,00
Итого			181	0,00	0,00	21,62	86,44	0,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,77	6,18	25,89	186,58	9,39
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ КРАСНЫМ ОСНОВНЫМ	72/50	14,41	12,80	19,23	249,91	1,14
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	135	2,67	10,71	13,78	163,11	13,21
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	9,20	36,77	0,00
Итого			727	26,50	30,04	85,06	717,95	23,74
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЁНКОЙ	85	14,28	12,87	33,52	307,10	0,21
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,20	36,77	0,00
Итого			265	14,28	12,87	42,72	343,87	0,21
Всего				53,88	61,94	205,65	1 595,96	25,25

повар _____ Грибова И.Г.