

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

2 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	5,14	7,03	17,67	153,98	0,41
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,18	0,26	20,91	98,68	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,05	3,26	0,06	29,79	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,93	2,95	13,34	91,94	0,46
Итого			426	11,30	13,50	51,98	374,39	0,87
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	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	4,85	10,32	19,61	191,16	9,70
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	55	5,90	12,80	0,21	139,83	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,49	4,59	24,74	162,88	0,00
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	31	0,25	0,03	0,78	4,35	3,10
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,76	0,37	17,66	84,98	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			688	19,45	28,21	78,00	643,20	12,80
Полдник								
2010	108	ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	100	12,03	5,29	45,19	276,64	0,05
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	13,50	54,00	0,00
Итого			280	12,21	5,38	58,69	330,64	0,05
Всего				42,96	47,09	207,84	1 424,90	17,05

повар _____ Грибова И.Г.