

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

4 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	9,58	10,86	28,04	247,47	1,30
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	43	3,31	0,27	21,74	102,62	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,00	39,99	0,00
Итого			428	12,96	16,94	59,85	442,58	1,30
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	112	0,45	0,45	10,93	52,41	11,15
Итого			112	0,45	0,45	10,93	52,41	11,15
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и С СОСИСКОЙ	250	4,13	7,64	13,81	140,98	0,40
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	70	7,50	16,29	0,27	177,88	0,00
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,24	6,95	4,97
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,92	4,74	82,05	87,52	20,06
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	83	0,90	0,18	17,79	77,21	3,58
Итого			628	18,83	29,30	134,24	582,32	29,01
Полдник								
2008	К/к	СЛОЙКА "РОМАШКА"	32	2,74	1,60	27,82	107,16	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,00	39,99	0,00
Итого			212	2,74	1,60	37,82	147,15	0,00
Всего				34,98	48,29	242,84	1 224,46	41,46

повар _____ Грибова И.Г.