

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

7 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,05	6,07	21,61	157,44	0,42
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	14	1,07	0,09	7,03	33,15	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,90	3,09	11,88	86,95	0,52
Итого			400	9,09	15,06	40,59	330,04	0,94
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
Итого			90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, СОСИСКОЙ И СМЕТАНОЙ	250	4,04	8,85	15,72	158,92	8,29
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	60	9,66	6,26	13,80	150,23	0,19
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,84	4,04	18,72	122,80	9,05
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	30	0,26	2,92	2,76	38,51	2,70
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,36	0,31	15,14	72,84	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,63	26,55	0,02
Итого			686	19,16	22,38	72,77	569,85	20,25
Полдник								
2008	435	СНЕЖОК	85	2,55	2,12	9,33	67,04	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	16	1,19	0,10	7,81	36,88	0,00
Итого			101	3,74	2,22	17,14	103,92	0,00
Всего				32,35	39,93	139,77	1 046,11	25,69

повар _____ Грибова И.Г.