

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

8 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,68	5,29	21,25	151,46	0,37
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,11	0,08	37,52	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,76	2,70	12,67	85,93	0,45
Итого			411	9,41	12,26	46,55	334,12	0,82
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого				0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,49	2,59	20,45	131,27	10,30
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	49/40	11,95	12,93	6,27	189,25	8,92
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,19	3,25	28,87	162,31	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,76	0,37	17,66	84,98	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			716	27,30	19,30	95,48	665,72	19,22
Полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	86	12,17	6,52	30,43	226,87	3,38
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			266	12,17	6,52	37,21	253,96	3,38
Всего				48,88	38,08	179,24	1 253,80	23,42

повар _____ Грибова И.Г.