

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

# МЕНЮ

12 декабря 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,56	7,24	27,93	198,22	0,67
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,21	0,08	38,40	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	5,00	5,16	17,27	135,76	0,82
<b>Итого</b>			<b>426</b>	<b>13,67</b>	<b>16,86</b>	<b>65,35</b>	<b>467,11</b>	<b>1,49</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	21,20	100,68	72,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,59</b>	<b>0,24</b>	<b>21,20</b>	<b>100,68</b>	<b>72,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	99	КОПИЯ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ	250	9,21	7,45	18,67	179,02	4,55
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	13,30	8,60	8,70	166,00	12,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,86	3,70	18,53	118,96	8,92
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
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	8,90	35,61	0,01
<b>Итого</b>			<b>740</b>	<b>31,07</b>	<b>20,35</b>	<b>91,83</b>	<b>675,90</b>	<b>25,48</b>
<b>Полдник</b>								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	7,58	5,55	43,09	252,72	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,90	35,61	0,01
<b>Итого</b>			<b>255</b>	<b>7,58</b>	<b>5,55</b>	<b>51,99</b>	<b>288,33</b>	<b>0,01</b>
<b>Всего</b>				<b>52,91</b>	<b>43,00</b>	<b>230,37</b>	<b>1 532,02</b>	<b>98,98</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.