

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

13 декабря 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 4,97 | 6,35 | 22,10 | 165,55 | 0,40 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 |
| 2012 | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 8 | 0,08 | 5,51 | 0,11 | 50,31 | 0,00 |
| к/к | к/к | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,58 | 3,82 | 13,93 | 104,39 | 0,64 |
| Итого | | | 418 | 10,92 | 15,87 | 51,19 | 391,30 | 1,04 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С" | 180 | 0,36 | 0,08 | 24,15 | 99,35 | 0,00 |
| Итого | | | 180 | 0,36 | 0,08 | 24,15 | 99,35 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 105 | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и С СОСИСКОЙ | 250 | 4,03 | 7,94 | 14,58 | 146,53 | 0,74 |
| 2008 | 254 | СОСИСКА ОТВАРНАЯ | 61 | 6,53 | 14,18 | 0,23 | 154,88 | 0,00 |
| 2008 | 131 | КАПУСТА ТУШЕНАЯ | 130 | 3,00 | 4,87 | 84,37 | 89,99 | 20,62 |
| к/к | к/к | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,19 | 0,10 | 14,60 | 58,38 | 0,00 |
| Итого | | | 661 | 16,40 | 27,44 | 130,74 | 531,36 | 21,36 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 88 | 13,79 | 10,39 | 11,91 | 196,39 | 0,18 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,97 | 27,87 | 0,01 |
| Итого | | | 268 | 13,79 | 10,39 | 18,88 | 224,26 | 0,19 |
| Всего | | | | 41,47 | 53,78 | 224,96 | 1 246,27 | 22,59 |

повар _____ Грибова И.Г.