

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

16 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,38	6,87	24,89	178,52	0,42
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,17	0,26	20,87	98,52	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,86	3,05	15,13	99,34	0,51
Итого			430	11,48	15,99	60,96	428,88	0,93
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	15,49	61,92	0,00
Итого			180	0,00	0,00	15,49	61,92	0,00
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,94	7,88	20,34	176,87	13,62
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	13,34	7,45	19,25	197,56	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,80	4,77	18,35	127,65	8,86
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
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	9,68	38,71	0,02
Итого			695	24,97	20,48	85,09	626,27	24,00
Полдник								
		Снежок	99	2,97	2,47	10,89	78,21	0,00
Итого			99	2,97	2,47	10,89	78,21	0,00
Всего				39,42	38,94	172,43	1 195,28	24,93

повар _____ Грибова И.Г.