

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

18 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,53	8,45	21,85	185,08	0,47
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,21	3,42	13,73	98,54	0,57
Итого			418	11,10	17,87	50,70	407,17	1,04
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	19,66	78,61	0,00
Итого			180	0,00	0,00	19,66	78,61	0,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,44	5,95	23,22	172,55	8,77
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ КРАСНЫМ ОСНОВНЫМ	70/50	14,02	12,54	17,97	240,91	0,77
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,66	11,02	13,54	164,95	12,90
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	8,13	32,51	0,00
Итого			720	25,77	29,86	79,82	692,50	22,44
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛО	80	15,13	10,47	25,90	258,43	0,16
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,13	32,51	0,00
Итого			260	15,13	10,47	34,03	290,94	0,16
Всего				52,00	58,20	184,21	1 469,22	23,64

повар _____ Грибова И.Г.