

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

20 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	4,90	6,49	25,60	177,59	0,44
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,22	3,34	15,44	104,80	0,54
Итого			422	10,86	15,86	58,67	417,78	0,98
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,36	0,08	21,83	90,05	0,00
Итого			180	0,36	0,08	21,83	90,05	0,00
Обед								
2008	92	СУП С МАКОРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250	5,13	3,74	11,49	100,69	0,46
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	67/70	13,50	28,30	8,85	344,23	2,63
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	119	2,42	3,64	16,84	109,89	8,25
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89	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	9,68	38,70	0,01
Итого			761	26,37	36,25	81,38	757,98	11,35
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	77	6,85	4,92	38,64	226,20	0,00
		Снежок	99	2,97	2,47	10,89	78,21	0,00
Итого			176	9,82	7,39	49,53	304,41	0,00
Всего				47,41	59,58	211,41	1 570,22	12,33

повар _____ Грибова И.Г.