

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

26 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,02	7,19	26,44	189,87	0,60
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,56	0,13	10,24	48,31	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,08	0,10	46,34	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,12	4,39	17,50	125,99	0,74
Итого			407	10,77	16,79	54,28	410,51	1,34
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	180	0,72	0,54	18,56	84,68	9,01
Итого			180	0,72	0,54	18,56	84,68	9,01
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	5,51	5,43	15,13	132,17	12,02
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	66	9,15	6,37	9,91	133,66	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,81	4,05	18,66	122,45	9,04
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАНый	44	1,31	0,09	2,75	16,91	1,74
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,56	0,13	10,24	48,31	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,87	39,48	0,01
Итого			750	24,31	16,60	91,99	615,36	22,81
Полдник								
		Шоколадка	30	2,85	10,10	14,67	161,21	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,87	39,48	0,01
Итого			210	2,85	10,10	24,54	200,69	0,01
Всего				38,65	44,03	189,37	1 311,24	33,17

повар _____ Грибова И.Г.