

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

## МЕНЮ

27 декабря 2024 г.

### Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,18	6,16	27,66	185,67	0,40
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	4,79	0,09	43,69	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	141	3,57	3,81	20,70	131,36	0,64
<b>Итого</b>			<b>378</b>	<b>11,11</b>	<b>14,95</b>	<b>63,50</b>	<b>431,77</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,81	0,05	26,51	110,32	0,26
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,81</b>	<b>0,05</b>	<b>26,51</b>	<b>110,32</b>	<b>0,26</b>
<b>Обед</b>								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	5,18	6,44	19,17	155,75	9,61
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80/40	15,54	10,23	5,48	175,97	11,78
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>31,63</b>	<b>23,21</b>	<b>94,45</b>	<b>711,70</b>	<b>21,39</b>
<b>Полдник</b>								
		Снежок	99	2,97	2,47	10,89	78,21	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	20	1,40	3,60	13,20	92,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>119</b>	<b>4,37</b>	<b>6,07</b>	<b>24,09</b>	<b>170,21</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>47,92</b>	<b>44,28</b>	<b>208,55</b>	<b>1 424,00</b>	<b>22,69</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.