

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

## МЕНЮ

17 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,5	7,2	30,3	206	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,3	0,1	49	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,3	0,2	15,4	73	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,8	1,9	12,2	74	0,3
<b>Итого</b>			<b>418</b>	<b>10,7</b>	<b>14,6</b>	<b>58</b>	<b>402</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	103	0,4	0,4	10,1	48	10,3
<b>Итого</b>			<b>103</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>10,1</b>	<b>48</b>	<b>10,3</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ и СМЕТАНОЙ	200	6,3	8,8	14,9	165	9,8
2008	239	БИТОЧЕК ИЗ РЫБЫ	60	9,4	6,2	8,1	124	0,2
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,1	3,9	14,8	102	7,2
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	28	0,2		0,7	4	2,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,3	37	0
<b>Итого</b>			<b>628</b>	<b>20,6</b>	<b>19,3</b>	<b>64,8</b>	<b>514</b>	<b>20</b>
<b>Полдник</b>								
2008	К/к	СЛОЙКА "РОМАШКА"	16	1,2	0,7	11,7	45	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>196</b>	<b>1,4</b>	<b>0,8</b>	<b>26,7</b>	<b>105</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>33,1</b>	<b>35,1</b>	<b>159,6</b>	<b>1069</b>	<b>31</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.