

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

18 апреля 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,6	6,3	19,8	154	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,7	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,1	0,1	46	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,2	2,3	10,3	71	0,4
Итого			420	9,4	13,9	46,9	350	0,8
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			6,2	25	0
Итого			180			6,2	25	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,7	5,1	14,5	118	7
2010	64	«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ	100/100	11,2	7,6	17,2	182	2
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	77	1,4	6,7	9,3	102	4,3
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,2	0,3	14,1	68	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
Итого			690	18,7	19,8	69,7	528	13,3
Полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	13,5	7,3	15,7	182	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54	0
Итого			300	13,7	7,4	29,2	236	0,2
Всего				41,8	41,1	152	1139	14,3

повар _____ Грибова И.Г.