

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

20 мая 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,6	6	25,6	171	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,1	0,1	46	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,6	78	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,3	1,4	15,7	80	0,2
Итого			420	8,5	12,7	58	375	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			125	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ и СМЕТАНОЙ	200	5	8,3	13,5	150	8,9
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	70	12,7	5,8	13,6	156	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,9	5,1	19,8	136	9,7
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,2		0,6	4	2,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	15,9	77	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			13,8	55	0
Итого			643	23,3	19,5	77,2	578	21,3
Полдник								
		Снежок	124	3,7	3,1	13,6	98	0
Итого			124	3,7	3,1	13,6	98	0
Всего				36	35,4	158,7	1094	23,8

повар _____ Грибова И.Г.