

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

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

# МЕНЮ

21 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	5,9	22,5	163	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	18,8	89	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,8	1,6	12,9	73	0,3
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>9,6</b>	<b>13,5</b>	<b>54,3</b>	<b>378</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	136	0,5	0,5	13,4	64	13,6
<b>Итого</b>			<b>136</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>13,4</b>	<b>64</b>	<b>13,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5,1	5,4	16,5	135	8,2
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	9,9	8,6	13,3	171	0,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,2	3,8	28,9	167	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,5	0,3	15,9	77	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>648</b>	<b>21,9</b>	<b>18,2</b>	<b>89,6</b>	<b>610</b>	<b>8,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	К/к	СЛОЙКА "РОМАШКА"	14	3,6	2,1	36,6	141	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
<b>Итого</b>			<b>194</b>	<b>3,8</b>	<b>2,2</b>	<b>51,2</b>	<b>199</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>35,8</b>	<b>34,4</b>	<b>208,5</b>	<b>1251</b>	<b>22,7</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.