

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

25 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								
		КАША КУКУРУЗНАЯ	200	4,1	6,1	24,2	169	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,7	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	4,9	0,1	45	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,7	2,7	16,3	100	0,4
Итого			420	9,4	13,9	57,3	393	0,8
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	120	0,5	0,4	12,4	57	6
Итого			120	0,5	0,4	12,4	57	6
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3	4,6	6,8	81	5,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10,6	11,7	24,3	246	12,3
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	26	0,8	0,1	1,6	10	1
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,2	0,3	14,1	68	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			609	16,8	16,8	61,8	465	18,5
Полдник								
		Снежок	110	3,3	2,7	12,1	87	0
Итого			110	3,3	2,7	12,1	87	0
Всего				30	33,8	143,6	1002	25,3

повар _____ Грибова И.Г.