

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

27 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	3,9	3,9	18,6	124	0,3
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	3		2,3		21	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,8	1,7	9,1	58	0,2
Итого			423	8,8	8,1	47,8	298	0,5
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	65	0,3	0,2	6,7	31	3,2
Итого			65	0,3	0,2	6,7	31	3,2
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ и СМЕТАНОЙ	200	4,5	5,4	15,2	129	11,6
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	20	0,2		0,5	3	2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	6	33,6	218	0
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40/50	8	12,9	4,1	166	0,7
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7	28	0
Итого			640	21,4	24,5	68,9	585	14,3
Полдник								
2008	К/к	СЛОЙКА "РОМАШКА"	20	1,4	0,8	14,6	56	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			200	1,6	0,9	29,6	116	0
Всего				32,1	33,7	153	1030	18

повар _____ Грибова И.Г.