

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

29 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	6	8,1	19,6	174	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	56	4,2	0,3	27,9	132	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	4,9	0,1	45	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,8	15,3	110	0,6
Итого			443	14	17,1	62,9	461	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	111	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			111	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	4,4	4,8	15	121	0,9
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	60/70	8,7	17,1	2,4	198	0,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6	4,9	27,6	179	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	44	2,9	0,4	18,8	91	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180			12,4	50	0
Итого			734	22	27,2	76,2	639	1,6
Полдник								
2010	108	ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	80	13,6	6,2	46,8	298	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54	0
Итого			260	13,8	6,3	60,3	352	0,1
Всего				50,3	50,7	209,3	1495	4,9

повар _____ Грибова И.Г.