

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

# МЕНЮ

8 мая 2024 г.

## Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	7,7	9,4	29	229	1
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,9	0,2	18,8	89	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	5,8	0,1	53	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
<b>Итого</b>			<b>424</b>	<b>10,9</b>	<b>15,5</b>	<b>62,5</b>	<b>429</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125			14,4	58	2,5
<b>Итого</b>			<b>125</b>			<b>14,4</b>	<b>58</b>	<b>2,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ТУШЁНКОЙ	250	4,8	6,7	12,5	130	0,9
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	120	8,6	8,9	13,3	169	9,5
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	25	0,2		0,4	3	1,3
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10,2	41	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>15,3</b>	<b>15,8</b>	<b>47</b>	<b>394</b>	<b>11,7</b>
<b>Полдник</b>								
		Снежок	124	3,7	3,1	13,6	98	0
<b>Итого</b>			<b>124</b>	<b>3,7</b>	<b>3,1</b>	<b>13,6</b>	<b>98</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>29,9</b>	<b>34,4</b>	<b>137,5</b>	<b>979</b>	<b>15,2</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.