

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

24 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								
		КАША КУКУРУЗНАЯ	200	4	6,2	22,1	160	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,6	1,6	10,8	64	0,3
Итого			437	9,5	13,9	58,1	395	0,7
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			7,7	31	0
Итого			180			7,7	31	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	7,3	2	16,4	113	8,2
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	63/40	15,1	12,9	5,3	197	11,5
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,3	4,1	28,9	170	0
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,9	2,9	4,1	47	8,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			698	29,5	22,2	80,3	638	28,5
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,3	4,6	30,5	184	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
Итого			250	5,5	4,7	45,1	242	0
Всего				44,5	40,8	191,2	1306	29,2

повар _____ Грибова И.Г.