

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

27 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								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,5	6,5	20,2	157	0,5
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,1	0,1	46	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,5	0,2	16,7	79	0
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,5	2,5	4,4	50	0,4
Итого			420	9,6	14,3	41,4	332	0,9
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	90	0,4	0,4	8,8	42	9
Итого			90	0,4	0,4	8,8	42	9
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,3	7	13,2	138	13,4
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	13,1	7,8	11,7	169	0,3
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,9	4,6	33,4	195	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,2	0,3	14,1	68	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			603	25,7	19,8	87,4	630	13,7
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				37,3	35,4	167,2	1120	23,6

повар _____ Грибова И.Г.