

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

# МЕНЮ

12 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		
<b>Завтрак</b>								
		КАША КУКУРУЗНАЯ	200	5,8	8	25	195	0,7
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	17,9	85	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,1	0,1	46	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	14,6	117	0,8
<b>Итого</b>			<b>423</b>	<b>13</b>	<b>18</b>	<b>57,6</b>	<b>443</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,3	5,3	11,4	119	0,5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	11,3	11,8	23,7	247	11,7
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,1	0,3	13,3	64	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			9,3	37	0
<b>Итого</b>			<b>571</b>	<b>19,9</b>	<b>17,4</b>	<b>58,2</b>	<b>471</b>	<b>13,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008	К/к	СЛОЙКА "РОМАШКА"	20	3,6	2,1	36,6	141	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>3,8</b>	<b>2,2</b>	<b>51,6</b>	<b>201</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>37,1</b>	<b>38</b>	<b>177,2</b>	<b>1162</b>	<b>25,2</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.