

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

19 марта 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	275	11,9	11,8	41,8	320	1,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	67	5,1	0,4	33,5	158	0
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,1	0,1	46	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,3	1,6	24,2	116	0,1
Итого			529	18,4	18,9	99,6	640	1,4
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			15,5	62	0
Итого			200			15,5	62	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	4,9	5,3	16,4	133	8,2
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	63/40	16,9	11,2	5,8	191	13
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,3	4	28,9	169	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	0,1		24,8	100	0,3
Итого			673	28,8	20,9	92,9	675	21,5
Полдник								
		Снежок	165	4,9	4,1	18,1	130	0
Итого			165	4,9	4,1	18,1	130	0
Всего				52,1	43,9	226,1	1507	22,9

повар _____ Грибова И.Г.