

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

28 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	7,1	10	30,5	240	1
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,6	0,1	51	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,4	4,7	15,2	120	0,8
Итого			438	15,4	20,6	70,9	529	1,8
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ С ВИТАМИНОМ "С"	361	0,2	0,2	24,7	102	1,2
Итого			361	0,2	0,2	24,7	102	1,2
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ КУРЫ и СМЕТАНОЙ	200	5,1	3,7	11,6	101	9,2
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	136	13	11,2	23,8	249	11,8
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ						0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			8,3	34	0
Итого			566	21,4	15,3	64,9	486	21
Полдник								
		Снежок	165	4,9	4,1	18,1	130	0
Итого			165	4,9	4,1	18,1	130	0
Всего				41,9	40,2	178,6	1247	24

повар _____ Грибова И.Г.