

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

# МЕНЮ

7 июня 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>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	8,3	10,4	30,7	247	1
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,8	0,1	53	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>11,7</b>	<b>16,5</b>	<b>65,5</b>	<b>453</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	0,4	0,4	10,4	50	10,6
<b>Итого</b>			<b>106</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>10,4</b>	<b>50</b>	<b>10,6</b>
<b>Обед</b>								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГРУДКОЙ КУРИНОЙ	250	8,2	7,2	12,2	146	0,8
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	135	7,7	11,3	12,6	185	26,1
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,3	37	0
<b>Итого</b>			<b>605</b>	<b>18,5</b>	<b>18,9</b>	<b>51,1</b>	<b>450</b>	<b>26,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008	К/к	СЛОЙКА "РОМАШКА"	16	1,2	0,7	11,7	45	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>196</b>	<b>1,4</b>	<b>0,8</b>	<b>26,7</b>	<b>105</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>32</b>	<b>36,6</b>	<b>153,7</b>	<b>1058</b>	<b>38,5</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.