

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

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

# МЕНЮ

2 апреля 2024 г.

## Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	226	8,8	10,5	27,4	239	1,1
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	37	2,8	0,2	18,7	88	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,3		9,1	37	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>12</b>	<b>16,5</b>	<b>55,3</b>	<b>417</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			24,7	99	0
<b>Итого</b>			<b>180</b>			<b>24,7</b>	<b>99</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	8,2	2	16,4	117	8,2
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60/40	15,7	10,8	5,6	183	11,9
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,3	4	29,4	171	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,1	0,1	17,5	72	0,5
<b>Итого</b>			<b>640</b>	<b>30,3</b>	<b>17,2</b>	<b>81,6</b>	<b>604</b>	<b>20,6</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	63	9,9	5,1	9	123	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
<b>Итого</b>			<b>243</b>	<b>10,1</b>	<b>5,2</b>	<b>23,6</b>	<b>181</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>52,4</b>	<b>38,9</b>	<b>185,2</b>	<b>1301</b>	<b>21,7</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.