

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

4 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	8,3	11,5	27,3	244	1,1
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,7	0,2	17,9	85	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	6,4	0,1	59	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,3		13,3	54	0
Итого			424	11,4	18,1	58,6	442	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	143			16,4	66	2,9
Итого			143			16,4	66	2,9
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	200	3,6	4,6	16,5	121	8,1
2010	64	«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ	88/100	11,9	8,1	8,9	155	2,5
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	65	1,1	6,9	8,3	99	3,7
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,4	0,3	15,1	73	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
Итого			669	19,2	20	63,4	506	14,3
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,2	4,8	37,8	215	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54	0
Итого			250	5,4	4,9	51,3	269	0
Всего				36	43	189,7	1283	18,3

повар _____ Грибова И.Г.