

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

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

## МЕНЮ

11 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	226	7,8	8,9	18,1	182	1,1
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5	0,1	45	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9	36	0
<b>Итого</b>			<b>442</b>	<b>10,1</b>	<b>14,1</b>	<b>41,8</b>	<b>332</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	143	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>143</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	4,4	4,4	16,5	124	8,3
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	83	12,4	7,7	12,6	168	0
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	87	3,2	6,6	22,5	164	0
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	29	0,6	3,5	3	46	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>619</b>	<b>23,4</b>	<b>22,7</b>	<b>86,6</b>	<b>644</b>	<b>8,8</b>
<b>Полдник</b>								
		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	68	9,3	2,4	36,1	202	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>248</b>	<b>9,5</b>	<b>2,5</b>	<b>51,1</b>	<b>262</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>43,5</b>	<b>39,4</b>	<b>189,4</b>	<b>1281</b>	<b>11,9</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.