

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

25 января 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								
2010	37	КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,4	3,7	26,8	163	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	44	3,3	0,3	22	104	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	5,6	0,1	51	0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	0,9	1,5	17,4	86	0,1
Итого			432	9,7	11,1	66,3	404	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125			14,4	58	2,5
Итого			125			14,4	58	2,5
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,8	4,2	11,9	99	0,6
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	122	11,2	11,9	23,4	247	11,7
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,8	0,2	11,7	56	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,7	31	0
Итого			560	17	16,3	55,2	437	13,8
Полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком	101	15,1	8,9	19,6	218	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			281	15,3	9	34,6	278	0,3
Всего				42	36,4	170,5	1177	17,3

повар _____ Грибова И.Г.