

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

26 февраля 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,5	6,9	26	186	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,6	69	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	4,7	0,1	43	0
2010	101	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,2	3,2	5,6	64	0,5
Итого			415	11	15	46,3	362	1,1
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,1	0,1	22,9	93	0,7
Итого			180	0,1	0,1	22,9	93	0,7
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	4,7	6,2	12,4	126	12,3
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	70	18,7	8,1	11,4	192	0,4
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,8	4,4	32,1	187	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
Итого			622	31,2	19,2	88,2	648	12,7
Полдник								
		Снежок	132	4	3,3	14,5	104	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	69	0
Итого			162	6,2	3,5	29,1	173	0
Всего				48,5	37,8	186,5	1276	14,5

повар _____ Грибова И.Г.