

Утверждаю

заведующий

МДОУН№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

18 ноября 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,37	6,30	24,88	173,39	0,42
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,90	0,24	19,07	89,99	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,86	3,05	15,13	99,34	0,51
Итого			424	11,20	15,40	59,15	415,22	0,93
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,55	54,18	0,00
Итого			180	0,00	0,00	13,55	54,18	0,00
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,78	10,34	20,91	200,97	17,60
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	13,67	9,23	3,59	152,05	10,19
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,79	4,20	18,34	122,52	8,86
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,71	0,02
Итого			700	24,89	24,12	69,48	595,83	36,67
Полдник								
2008	435	СНЕЖОК	99	2,97	2,47	10,89	78,21	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,20	0,26	21,08	99,46	0,00
Итого			141	6,17	2,73	31,97	177,67	0,00
Всего				42,26	42,25	174,15	1 242,90	37,60

повар _____ Грибова И.Г.