

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

21 ноября 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	5,52	7,48	23,97	184,40	0,56
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,88	4,14	16,73	119,69	0,69
Итого			417	11,76	17,62	55,82	427,64	1,25
II Завтрак								
2008		ГРУША	100	0,40	0,30	10,31	47,04	5,00
Итого			100	0,40	0,30	10,31	47,04	5,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,23	5,91	20,83	153,64	10,16
		ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	125/50	15,37	12,84	25,28	277,75	2,51
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,70	4,33	5,54	63,82	2,30
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	60	3,97	0,53	25,43	122,38	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,55	54,18	0,00
Итого			745	26,56	23,80	105,68	742,82	14,97
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,71	0,02
Итого			210	0,84	0,99	32,87	144,91	0,02
Всего				39,56	42,71	204,68	1 362,41	21,24

повар _____ Грибова И.Г.