

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

22 ноября 2024 г.

Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	5,52	7,59	24,98	187,94	0,58
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	181	4,24	4,43	15,10	117,30	0,72
Итого			408	11,36	17,95	50,19	405,10	1,30
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,90	0,18	17,87	77,59	3,62
Итого			100	0,90	0,18	17,87	77,59	3,62
Обед								
2008	92	СУП С МАКОРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250	4,51	3,48	11,86	97,24	0,65
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	8,70	7,00	12,12	147,59	24,37
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
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	7,93	31,74	0,01
Итого			600	17,39	10,95	58,91	405,51	25,03
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	8,65	5,69	50,20	286,67	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,93	31,74	0,01
Итого			255	8,65	5,69	58,13	318,41	0,01
Всего				38,30	34,77	185,10	1 206,61	29,96

повар _____ Грибова И.Г.