

Утверждаю

заведующий

МДОУ №10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

27 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	5,44	7,71	22,98	182,52	0,47
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,21	3,42	16,00	107,65	0,57
Итого			420	11,26	17,15	55,78	421,61	1,04
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	124	0,50	0,37	12,79	58,37	6,21
Итого			124	0,50	0,37	12,79	58,37	6,21
Обед								
2008	105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОСИСКОЙ	250	4,18	7,50	16,49	150,73	8,18
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	70	7,35	15,99	0,27	174,56	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,30	4,90	23,84	161,11	0,00
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	13	0,00	3,55	2,90	43,59	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	43	2,87	0,38	18,37	88,38	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,00	39,99	0,01
Итого			719	22,24	32,53	88,60	737,30	8,19
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	8,32	2,53	48,98	252,19	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,00	39,99	0,01
Итого			255	8,32	2,53	58,98	292,18	0,01
Всего				42,32	52,58	216,15	1 509,46	15,45

повар _____ Грибова И.Г.