

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

28 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	8,46	10,61	35,45	270,22	1,14
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,86	0,23	18,82	88,81	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,26	0,10	48,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			425	11,59	16,20	69,37	467,03	1,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	250	0,00	0,00	28,75	115,00	5,00
Итого			250	0,00	0,00	28,75	115,00	5,00
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	4,84	11,44	15,36	184,33	11,86
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	70	7,35	15,97	0,27	174,37	0,00
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,24	6,95	28,94	196,03	0,00
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАНый	54	1,64	0,11	3,43	21,14	2,18
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	38	2,86	0,23	18,82	88,81	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	9,68	38,70	0,01
Итого			752	23,58	35,05	93,46	784,96	14,05
Полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком	125	18,94	11,57	33,11	311,74	0,46
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,01
Итого			305	18,94	11,57	42,79	350,44	0,47
Всего				54,11	62,82	234,37	1 717,43	20,66

повар _____ Грибова И.Г.