

Утверждаю

заведующий

МДОУ №10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

3 декабря 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,73	7,31	26,70	194,65	0,58
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,19	15,68	74,01	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,63	0,07	33,10	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,25	4,28	23,55	149,56	0,72
Итого			416	12,41	15,41	66,00	451,32	1,30
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	150	0,58	0,58	14,22	68,18	5,98
Итого			150	0,58	0,58	14,22	68,18	5,98
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ТУШЁНКОЙ	250	6,27	6,56	20,59	166,86	10,28
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	64/40	15,45	14,20	6,96	217,55	11,66
2008		ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	25	0,19	0,03	0,42	3,15	0,50
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,20	3,96	28,88	168,73	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,19	15,68	74,01	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			590	31,80	25,38	93,73	732,28	22,44
Полдник								
2008		ВАФЛИ	40	1,12	1,32	30,92	141,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	14,52	58,06	0,02
Итого			220	1,12	1,32	45,44	199,66	0,02
Всего				45,91	42,69	219,39	1 451,44	29,74

повар _____ Грибова И.Г.