

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

4 декабря 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,90	8,80	27,77	217,23	0,58
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
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,01	4,28	18,86	129,95	0,72
Итого			417	13,27	19,08	61,75	470,73	1,30
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	21,33	85,26	0,00
Итого			180	0,00	0,00	21,33	85,26	0,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,20	5,65	21,54	162,10	8,13
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ КРАСНЫМ ОСНОВНЫМ	70/50	13,93	11,86	16,66	229,09	0,24
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	125	2,44	9,88	12,18	148,14	12,62
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	11,38	45,47	0,01
Итого			715	25,22	27,74	78,72	666,38	21,00
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛО	90	17,34	11,22	22,79	261,61	0,20
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,38	45,47	0,01
Итого			270	17,34	11,22	34,17	307,08	0,21
Всего				55,83	58,04	195,97	1 529,45	22,51

повар _____ Грибова И.Г.