

Утверждаю

заведующий

МДОУ №10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

5 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	5,20	6,89	21,74	169,06	0,54
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,72	3,98	14,36	108,06	0,66
Итого			417	11,28	16,87	51,22	400,67	1,20
II Завтрак								
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	21,98	103,77	72,00
Итого			180	0,59	0,24	21,98	103,77	72,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	250	3,48	4,57	20,49	137,24	10,04
		ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	125/50	14,82	11,26	23,89	255,67	2,32
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	46	0,61	3,54	4,90	53,83	2,07
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	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	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	10,84	43,35	0,00
Итого			721	23,85	19,91	92,13	642,72	14,43
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,15	4,71	32,30	192,19	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,74	30,97	0,02
Итого			250	5,15	4,71	40,04	223,16	0,02
Всего				40,87	41,73	205,37	1 370,32	87,65

повар _____ Грибова И.Г.