

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

6 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	5,93	7,29	27,74	197,76	0,64
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,19	15,68	74,01	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	195	4,64	4,85	20,08	142,63	0,79
Итого			432	13,02	18,14	63,57	466,90	1,43
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00
Итого			180	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00
Обед								
2008	92	СУП С МАКОРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250	4,66	3,17	11,18	92,19	0,63
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	55/50	10,44	27,34	9,61	326,58	3,36
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	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	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,86	47,41	0,01
Итого			741	27,86	37,10	101,01	849,97	4,00
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,86	47,41	0,01
Итого			210	0,84	0,99	35,05	153,61	0,01
Всего				41,72	56,23	213,67	1 526,60	5,44

повар _____ Грибова И.Г.