

Утверждаю



заведующий
МДОУ №10 "КАЛИНКА"
Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

8 сентября 2023 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	4,2	5,9	23,9	163	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,1	0,2	13,5	64	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,7	2,8	16	100	0,4
Итого			434	9,1	14,7	53,5	380	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	1	0,2	19,8	86	4,02
Итого			200	1	0,2	19,8	86	4,02
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,1	2,7	13,5	95	6,8
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	16,4	9,6	14,9	210	0,3
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,1	6,7	18	145	18,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,8	39	0
Итого			650	26,2	19,4	73,2	571	25,9
Полдник								
		Снежок	99	3	2,5	10,9	78	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,2	12,8	61	0
Итого			125	5	2,7	23,7	139	0
Всего				41,3	37	170,2	1176	30,62

повар _____ Грибова И.Г.