

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

27 ноября 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,9	7,3	24,3	183	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,8	70	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,1	0,1	46	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	3,1	11,1	84	0,5
Итого			416	11,1	15,7	50,3	383	1
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	83	0,3	0,3	8,1	39	8,3
Итого			83	0,3	0,3	8,1	39	8,3
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С ТУШЕНКОЙИ СМЕТАНОЙ	200	6,6	8,3	14,7	159	8,5
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	73	12,9	5,4	13	151	0,2
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	144	3,5	5,6	21,3	149	10,2
2008		ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	28	0,2		0,5	4	1,4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	0,9	0,1	5,7	27	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			6,5	26	0
Итого			638	24,1	19,4	61,7	516	20,3
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	22	1,3	1	16,7	81	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			202	1,5	1,1	31,7	141	0
Всего				37	36,5	151,8	1079	29,6

повар _____ Грибова И.Г.