

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

29 декабря 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	6	9,6	26,6	214	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	21	1,6	0,1	10,7	50	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	12	2,7	3,5		43	0,1
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,6	2,2	25	126	0,1
Итого			413	11,9	15,4	62,3	433	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ						0
Итого								0
Обед								
2008	92	СУП С МАКАРОНЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	5,5	2	13,8	96	0,4
2008	272	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	11,6	8,1	13,5	172	0,4
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	1,7	9	9,5	125	7,4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,6	38	0
Итого			575	20,5	19,3	57	482	8,2
Полдник								
2010	108	ВАТРУШКИ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА С ТВОРОГОМ	100	14,3	6,8	46,5	304	0,1
		Снежок	62	1,9	1,5	6,8	49	0
Итого			162	16,2	8,3	53,3	353	0,1
Всего				48,6	43	172,6	1268	9,1

повар _____ Грибова И.Г.