

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

12 февраля 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,6	7	23,6	176	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,8	70	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	3	11,8	86	0,5
Итого			416	10,9	16	50,3	385	1
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			11,8	47	0
Итого			180			11,8	47	0
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С ТУШЕНКОЙИ СМЕТАНОЙ	200	4,8	5,8	15,7	134	10,7
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	14,2	5,1	13,3	155	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,5	5,5	21,9	150	10,5
2008		ОГУРЕЦ СОЛЁНЫЙ	30	0,2		0,5	4	1,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,3	16,5	79	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			7,5	30	0
Итого			660	25,3	16,7	75,4	552	23
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	95	14,5	7,1	13,6	175	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			275	14,7	7,2	28,6	235	0,2
Всего				50,9	39,9	166,1	1219	24,2

повар _____ Грибова И.Г.