

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

# МЕНЮ

13 февраля 2024 г.

## Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,9	9,2	32	241	0,8
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	6,1	0,1	56	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,6	4,7	23,8	154	0,8
<b>Итого</b>			<b>418</b>	<b>14,9</b>	<b>20,2</b>	<b>71</b>	<b>522</b>	<b>1,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>47</b>	<b>10</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	6,6	7,1	16,3	156	8,1
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	17,5	13,3	5,4	211	13,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,2	4,5	28,2	171	0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>31,1</b>	<b>25,4</b>	<b>81,9</b>	<b>680</b>	<b>21,3</b>
<b>Полдник</b>								
		Снежок	99	3	2,5	10,9	78	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
<b>Итого</b>			<b>129</b>	<b>5,3</b>	<b>2,7</b>	<b>26</b>	<b>149</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>51,7</b>	<b>48,7</b>	<b>188,7</b>	<b>1398</b>	<b>32,9</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.