

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

6 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,8	7,6	9,8	122	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,3	0,1	48	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,1	1,6	16,4	84	0,1
Итого			417	7,3	14,7	41,4	325	0,7
II Завтрак								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	31,7	131	0
Итого			200	0,6	0,1	31,7	131	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩеным	200	7,4	5,5	18,5	153	6,3
2010	64	«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ	97/100	12,8	8,4	20,7	209	3,8
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	84	1,4	6,8	11	111	5,2
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,3	0,3	14,8	71	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	200			10,4	42	0
Итого			716	23,9	21	75,4	586	15,3
Полдник								
		Снежок	124	3,7	3,1	13,6	98	0
Итого			124	3,7	3,1	13,6	98	0
Всего				35,5	38,9	162,1	1140	16

повар _____ Грибова И.Г.