

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

9 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,4	6,8	16,9	152	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,3	0,1	48	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			10,7	43	0
Итого			437	10,3	12,4	52,8	361	0,6
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	1	0,2	43,1	181	0,2
Итого			180	1	0,2	43,1	181	0,2
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	200	5,1	2,1	16,3	106	8,3
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	16,2	10,3	14,6	218	24
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	30	0,7	4	3,1	51	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			610	25,5	16,9	70,2	537	32,7
Полдник								
		Снежок	124	3,7	3,1	13,6	98	0
Итого			124	3,7	3,1	13,6	98	0
Всего				40,5	32,6	179,7	1177	33,5

повар _____ Грибова И.Г.