

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

10 сентября 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	3,7	5,5	27,2	172	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	42	3,2	0,3	20,9	99	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	4,5	0,1	41	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3	3,2	16	105	0,5
Итого			428	10	13,5	64,2	417	0,8
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			28	112	0
Итого			180			28	112	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250	2,7	5,7	18,9	139	9,1
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,6	5	13,9	113	24,9
2008	254	СОСИСКИ ОТВАРНЫЕ	27	5,6	12,2	0,2	133	0
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	28	0,2		0,7	4	2,8
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			665	14,6	23,4	69,9	551	36,8
Полдник								
2010	46	*ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА со сгущенным молоком	84	12,4	7,8	25,4	221	0,2
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
Итого			264	12,6	7,9	40	279	0,2
Всего				37,2	44,8	202,1	1359	37,8

повар _____ Грибова И.Г.