

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

13 сентября 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,5	6,8	24,5	180	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	2	0,2	13,3	63	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	4,7	0,1	43	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,4	4,5	18,8	133	0,8
Итого			412	12	16,2	56,7	419	1,4
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			26,2	105	0
Итого			180			26,2	105	0
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	5,7	5,3	15	132	1
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	85	14,9	14,7	14,6	249	0,4
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,4	4,7	24,7	163	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
Итого			685	28,8	25,2	86,3	686	1,4
Полдник								
2008		ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54	0
Итого			220	1,3	1,4	44,4	196	0
Всего				42,1	42,8	213,6	1406	2,8

повар _____ Грибова И.Г.