

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

17 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,7	6,8	24,3	181	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	22	1,7	0,1	10,9	51	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,8	0,1	53	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,9	2,1	12,9	79	0,4
Итого			409	9,4	14,8	48,2	364	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	167			19,2	77	3,3
Итого			167			19,2	77	3,3
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	5	5	16,2	130	8,1
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	39/40	10,4	8,9	5,6	143	7,8
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,2	3,9	28,9	168	0
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	59	0,9	2,1	4,5	42	8,5
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,8	0,4	17,7	85	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			690	23,5	20,4	87,9	628	24,4
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	69	10,7	4,3	13,6	135	0,1
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,7	0,1	10,9	51	0
Итого			91	12,4	4,4	24,5	186	0,1
Всего				45,3	39,6	179,8	1255	28,7

повар _____ Грибова И.Г.