

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

1 августа 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,9	6,2	27,3	189	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	5,8	0,1	53	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,2	2,1	20,2	109	0,4
Итого			415	10,5	14,3	62,7	422	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 ТУШЁНКОЙ	200	6,1	7	17	156	8,4
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	63/40	15,6	13,8	8,5	220	12,2
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,2	3,3	28,9	162	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			653	28,7	24,6	86,4	680	20,6
Полдник								
2008	К/к	СЛОЙКА "РОМАШКА"	20	1,4	0,8	14,6	56	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			200	1,6	0,9	29,6	116	0
Всего				40,8	39,8	197,9	1295	24,8

повар _____ Грибова И.Г.