

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

26 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,7	8,1	27,3	204	0,6
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,3	0,1	48	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,7	79	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,9	2,9	13,5	92	0,4
Итого			420	12,2	16,5	57,6	423	1
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,3	0,1	20,8	85	0
Итого			180	0,3	0,1	20,8	85	0
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ и СМЕТАНОЙ	200	4,8	4,3	17,3	127	15,1
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	60	10,5	5,5	13,9	146	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	135	3,7	6	22,3	157	10,6
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,3		0,6	5	1,9
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,4	38	0
Итого			663	22,6	16,2	84,7	575	27,9
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6,5	5,3	37,5	223	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54	0
Итого			250	6,7	5,4	51	277	0
Всего				41,8	38,2	214,1	1360	28,9

повар _____ Грибова И.Г.