

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

28 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 КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,3	6,1	29,3	193	0,5
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	3,9	0,1	35	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,9	3,1	9,5	77	0,5
Итого			425	11,4	13,3	59	400	1
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			15,5	62	0
Итого			200			15,5	62	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	207	8,1	4	21	152	6,5
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГРУДКИ КУРИННОЙ	55/50	12	13	11,8	211	5,4
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	125	4,7	5,9	32,2	201	0
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ						0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	67	4,4	0,6	28,3	136	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			704	29,4	23,6	108,3	760	11,9
Полдник								
		Снежок	165	5	4,1	18,2	130	0
Итого			165	5	4,1	18,2	130	0
Всего				45,8	41	201	1352	12,9

повар _____ Грибова И.Г.