

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

4 сентября 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	3,7	4,6	23,3	150	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,1	0,2	20,1	95	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	4,1	0,1	37	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,5	2,7	12,5	84	0,4
Итого			426	9,4	11,6	56	366	0,7
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14,6	58	0
Итого			180			14,6	58	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	200	8,1	5,7	22,2	172	7,7
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	78	8,3	18,1	0,3	199	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	6	33,6	218	0
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	72	1,2	6,7	9,7	103	4,9
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			710	28,5	37	102	854	12,6
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	6,2	11,2	0,8	130	0,1
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,4	1,5	13,1	71	0,2
Итого			240	7,6	12,7	13,9	201	0,3
Всего				45,5	61,3	186,5	1479	13,6

повар _____ Грибова И.Г.