

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

8 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	2,5	5,9	7,2	92	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	4,7	0,1	43	0
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,5	2,7	7,8	65	0,4
Итого			436	8,9	13,6	40,2	318	0,8
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,6		24,3	101	0,2
Итого			180	0,6		24,3	101	0,2
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ	140	5,4	3,9	10,2	99	3,8
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГРУДКИ КУРИНОЙ	50/50	14,1	13,9	6,1	204	1,3
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	128	4,8	6,8	32,2	210	0
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ						0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	185/15	0,2	0,1	15	60	0
Итого			583	25,5	24,8	69,9	604	5,1
Полдник								
2008		ВАФЛИ	40	1,1	1,3	30,9	142	0
к/к	к/к	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,2	2,4	15,1	91	0,4
Итого			220	3,3	3,7	46	233	0,4
Всего				38,3	42,1	180,4	1256	6,5

повар _____ Грибова И.Г.