

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

9 августа 2024 г.

Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,4	8,2	22,8	185	0,6
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,5	0,2	16,7	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	0,1	6,3	0,1	57	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,5	3,8	16,8	115	0,6
Итого			422	11,5	18,5	56,4	436	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	167	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			167	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	4,7	6,1	14,4	131	0,7
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	10,6	11,5	16,7	212	8,5
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	28	0,2		0,7	4	2,8
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,1	0,1	7,1	34	0
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180			14	56	0
Итого			655	16,6	17,7	52,9	437	12
Полдник								
2008	К/к	СЛОЙКА "РОМАШКА"	17	1,2	0,7	11,7	45	0
		Снежок	165	4,9	4,1	18,1	130	0
Итого			182	6,1	4,8	29,8	175	0
Всего				34,7	41,1	149	1091	15,2

повар _____ Грибова И.Г.