

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

27 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,7	6,5	26,6	188	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,8	0,3	25,1	118	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,3	0,1	48	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	115	3,6	3,8	5,5	70	0,6
Итого			372	13,2	15,9	57,3	424	1
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			22,4	90	0
Итого			180			22,4	90	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	3,2	4,1	16,5	117	8,1
2010	64	«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ	95/100	11,5	6,8	24,7	206	5,1
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	44	0,8	2,9	5,2	50	2,2
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
Итого			659	18,3	14,3	78	513	15,4
Полдник								
2008		ВАФЛИ	37	1,1	1,2	29	133	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54	0
Итого			217	1,3	1,3	42,5	187	0
Всего				32,8	31,5	200,2	1214	16,4

повар _____ Грибова И.Г.