

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

30 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,3	6,5	27,8	186	0,4
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,1	0,2	13,8	65	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,1	5,1	0,1	46	0
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	4	14,8	110	0,7
Итого			415	10,3	15,8	56,5	407	1,1
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			24,6	99	0
Итого			180			24,6	99	0
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	250	2,2	3,9	14,7	103	0,8
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	11,7	8,4	11,3	168	0
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	75	1,2	6,5	8,9	101	8,6
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	27	0,2		0,5	4	1,3
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ						0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			602	15,5	18,9	50,4	436	10,7
Полдник								
		ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	11,1	9,1	34,6	265	0,3
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
Итого			250	11,3	9,2	49,2	323	0,3
Всего				37,1	43,9	180,7	1265	12,1

повар _____ Грибова И.Г.