

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

## МЕНЮ 5 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,1	6,3	24,2	170	0,4
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,1	4,6	0,1	42	0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,2	0,2	14,4	68	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,1	2	12	75	0,3
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>9,5</b>	<b>13,1</b>	<b>50,7</b>	<b>355</b>	<b>0,7</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	18	0,4	0,1	22	91	0
<b>Итого</b>			<b>18</b>	<b>0,4</b>	<b>0,1</b>	<b>22</b>	<b>91</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С МЯСОМ и СМЕТАНОЙ	200	5,6	7,2	15,3	148	9,7
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	14,1	6,6	12,3	164	0,3
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,2	4,8	21,2	140	10,2
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ						0
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			9,3	37	0
<b>Итого</b>			<b>630</b>	<b>25,5</b>	<b>19</b>	<b>75,1</b>	<b>571</b>	<b>20,2</b>
<b>Полдник</b>								
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	4,9	2,9	16,8	113	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54	0
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>5,1</b>	<b>3</b>	<b>30,3</b>	<b>167</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>40,5</b>	<b>35,2</b>	<b>178,1</b>	<b>1184</b>	<b>20,9</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.