

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

6 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	3,7	6,8	20,4	156	0,3
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,2	15,1	71	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,1	6,2	0,1	56	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	100	2,6	2,7	4,1	51	0,5
Итого			338	8,7	15,9	39,7	334	0,8
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180			10,7	43	0
Итого			180			10,7	43	0
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	200	4,7	5,5	13,9	125	6,8
2010	64	«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ	100/100	13,3	9,5	23,2	230	5,1
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,3		0,6	5	1,8
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			655	21,1	15,5	69,3	500	13,7
Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	70	8,1	4,9	6,6	103	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	13,5	54	0
Итого			250	8,3	5	20,1	157	0,1
Всего				38,1	36,4	139,8	1034	14,6

повар _____ Грибова И.Г.