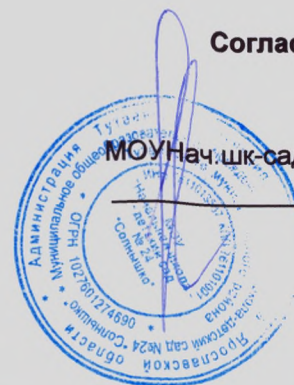


Согласовано

директор  
МОУ Нач. шк-сад №24 Солнышко  
/Губанова Н.Н./**МЕНЮ**  
3 сентября 2024 г.

сад 12 час



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,3		39	0
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6	8,3	21,7	187	0,7
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,5	2,8	13,8	91	0,5
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,7	1,1	18,3	93	0
2008		ФРУКТЫ	100	0,4	0,4	9,8	47	10
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>11,6</b>	<b>16,9</b>	<b>63,6</b>	<b>457</b>	<b>11,2</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,3	0,1	1,2	8	7,8
2012	62	БОРЩ С МЯСОМ	200	8,1	9,6	12	169	9,2
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ	180	20	19,9	29,3	376	1,16
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180			22,5	90	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,2	0,5	9,8	51	0
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>30,6</b>	<b>30,1</b>	<b>74,8</b>	<b>694</b>	<b>18,16</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,9	20,8	2,1	243	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30					0
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,3	0,1	21,4	89	46,8
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30					0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>12,2</b>	<b>20,9</b>	<b>23,5</b>	<b>332</b>	<b>47</b>
<b>Всего</b>				<b>54,4</b>	<b>67,9</b>	<b>161,9</b>	<b>1483</b>	<b>76,36</b>

повар

.Анфимова Т.Н.