



директор  
 МОУ Нач. шк. сад №24 Солнышко  
 Губанова Н.Н./

# МЕНЮ

3 октября 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	0,03	4,30	0,04	39,02	0,00
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	27,40	7,98	37,18	336,06	0,55
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,37	45,43	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2008		СНЕЖОК	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>540</b>	<b>30,13</b>	<b>13,35</b>	<b>66,84</b>	<b>513,52</b>	<b>0,55</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,15	7,26	7,56
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,62	2,70	13,04	83,42	5,01
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	6,16	4,87	0,00	68,25	0,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,08	5,10	20,10	139,00	9,69
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,37	0,16	18,99	80,35	61,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>645</b>	<b>13,76</b>	<b>13,36</b>	<b>63,05</b>	<b>429,14</b>	<b>83,46</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,73	19,99	2,11	235,51	0,17
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,37	45,43	0,00
2008		СУХАРИКИ ВАНИЛЬНЫЕ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>11,73</b>	<b>19,99</b>	<b>13,48</b>	<b>280,94</b>	<b>0,17</b>
<b>Всего</b>				<b>55,62</b>	<b>46,70</b>	<b>143,37</b>	<b>1 223,60</b>	<b>84,18</b>

повар \_\_\_\_\_ .Анфимова Т.Н.