

Утверждаю



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

МЕНЮ

6 декабря 2024 г.

сад 12 час

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,29	0,04	38,90	0,00
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,24	5,44	31,65	205,10	0,56
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,56	3,70	14,88	108,33	0,57
2008	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2008		ФРУКТЫ	100	0,40	0,40	9,80	46,98	10,00
Итого			490	13,93	14,90	74,62	492,32	11,13
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200	6,99	6,73	14,13	145,36	7,04
2008	272	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ СО СВЕКЛОЙ	80/100	14,45	20,30	24,53	338,38	4,30
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,94	55,74	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,57	0,31	16,54	79,56	0,00
Итого			595	24,01	27,34	69,14	619,04	11,34
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,93	16,90	3,54	214,39	0,34
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,23	44,89	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			360	11,93	16,90	14,77	259,28	0,34
Всего				49,87	59,14	158,53	1 370,64	22,81

повар

.Анфимова Т.Н.