

Утверждаю

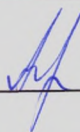
директор
МОУ Нач. шк-сад №24 Солнышко
/Губанова Н.Н./

МЕНЮ
8 октября 2024 г.

сад 12 час

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	180	6,41	8,96	25,86	210,53	0,48
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,53	2,79	13,78	91,08	0,47
2008	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			590	11,67	16,95	57,93	432,02	0,95
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,15	7,27	7,58
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200	7,04	6,55	14,37	144,72	7,32
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	180	15,45	19,95	14,80	300,94	10,26
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,34	0,11	30,81	126,97	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
Итого			625	25,36	27,14	70,90	630,76	25,34
Полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	4,13	8,92	0,04	98,06	0,20
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,44	45,74	0,00
2008		СУХАРИКИ ВАНИЛЬНЫЕ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			380	4,13	8,92	11,48	143,80	0,20
Всего				41,16	53,01	140,31	1 206,58	26,49

повар



.Анфимова Т.Н.