



Согласовано

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

# МЕНЮ

9 апреля 2024 г.

сад 12 час

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,2	1,6		19	0,1
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	8,9	8,9	35,6	260	0,6
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,2	45	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,7	1,1	18,3	93	0
2008		ФРУКТЫ	100	1,5	0,5	21	96	10
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>14,3</b>	<b>12,1</b>	<b>86,1</b>	<b>513</b>	<b>10,7</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	5,2	6,2	8	113	10,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	9,3	9,7	13,4	179	7
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180			13,8	55	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,2	0,5	9,8	51	0
<b>Итого</b>			<b>585</b>	<b>16,7</b>	<b>16,4</b>	<b>45</b>	<b>398</b>	<b>17,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	180	3,8	7,6		84	0,2
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,2	45	0
2008		ВАФЛИ	30					0
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>3,8</b>	<b>7,6</b>	<b>11,2</b>	<b>129</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>34,8</b>	<b>36,1</b>	<b>142,3</b>	<b>1040</b>	<b>28,7</b>

повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ .Анфимова Т.Н.