

Утверждаю


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

**МЕНЮ**  
9 октября 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)	10	2,28	2,92	0,00	36,00	0,27
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,90	7,47	27,90	202,25	0,56
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,23	44,89	0,00
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
<b>Итого</b>			<b>495</b>	<b>11,28</b>	<b>11,86</b>	<b>67,18</b>	<b>423,13</b>	<b>10,83</b>
<b>Обед</b>								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,14	7,22	7,53
2012	62	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	7,51	8,15	18,03	175,62	8,75
2008	311	ПЛОВ С МЯСОМ	180	19,03	21,56	36,59	416,28	0,51
2008	437	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ	180	0,00	0,00	20,14	80,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>625</b>	<b>29,07</b>	<b>30,24</b>	<b>85,67</b>	<b>730,48</b>	<b>16,79</b>
<b>Полдник</b>								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	180	5,40	6,21	27,13	185,81	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,23	44,89	0,00
2012	466	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	0,19	1,45	3,51	27,94	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>5,59</b>	<b>7,66</b>	<b>41,87</b>	<b>258,64</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>45,94</b>	<b>49,76</b>	<b>194,72</b>	<b>1 412,25</b>	<b>27,62</b>

повар

  
Анфимова Т.Н.