

Утверждаю



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

# МЕНЮ

10 февраля 2025 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   |                               |               |
| <b>Завтрак</b>   |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2012             |               | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                           | 5          | 0,03              | 4,13         | 0,04          | 37,40                         | 0,00          |
| 2008             |               | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ | 180        | 6,40              | 9,03         | 25,79         | 210,77                        | 0,48          |
| к/к              | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 180        | 0,00              | 0,00         | 11,29         | 45,15                         | 0,00          |
| 2008             | К/К           | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                             | 25         | 2,70              | 1,07         | 18,25         | 93,01                         | 0,00          |
| 2008             | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                               | 180        | 0,93              | 0,20         | 18,74         | 85,56                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>     |               |  | <b>570</b> | <b>10,06</b>      | <b>14,43</b> | <b>74,11</b>  | <b>471,89</b>                 | <b>0,48</b>   |
| <b>Обед</b>      |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 105           | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КУРОЙ        | 200        | 2,84              | 4,23         | 1,42          | 55,16                         | 0,66          |
| 2008             | 311           | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ                              | 180        | 21,20             | 16,23        | 32,81         | 362,48                        | 13,03         |
| 2008             | 401           | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"       | 180        | 0,34              | 0,11         | 30,63         | 126,27                        | 0,18          |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                | 35         | 2,20              | 0,47         | 9,77          | 50,86                         | 0,00          |
| <b>Итого</b>     |               |  | <b>595</b> | <b>26,58</b>      | <b>21,04</b> | <b>74,63</b>  | <b>594,77</b>                 | <b>13,87</b>  |
| <b>Полдник</b>   |               |  |            |                   |              |               |                               |               |
| 2008             | 345           | КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРОЙ                    | 180        | 5,17              | 4,62         | 9,44          | 101,69                        | 29,61         |
| к/к              | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ                              | 180        | 0,00              | 0,00         | 11,29         | 45,15                         | 0,00          |
| 2012             | 2             | БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ                      | 30         | 0,08              | 0,00         | 12,80         | 51,53                         | 0,04          |
| <b>Итого</b>     |               |  | <b>390</b> | <b>5,25</b>       | <b>4,62</b>  | <b>33,53</b>  | <b>198,37</b>                 | <b>29,65</b>  |
| <b>Всего</b>     |               |  |            | <b>41,89</b>      | <b>40,09</b> | <b>182,27</b> | <b>1 265,03</b>               | <b>44,00</b>  |

повар \_\_\_\_\_

Анфимова Т.Н.