



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

МЕНЮ

10 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								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,14	0,05	37,38	0,00
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	6,07	6,89	23,44	181,37	0,85
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,52	46,08	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2008		СНЕЖОК	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			570	8,82	12,10	53,26	357,84	0,85
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,16	7,30	7,60
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,64	2,56	13,30	83,23	5,00
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	6,18	4,85	0,00	68,17	0,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,70	3,09	17,27	108,00	8,27
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180	0,01	0,00	12,88	51,55	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
Итого			625	13,06	11,03	54,38	369,11	21,03
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,80	20,11	2,13	237,01	0,17
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	185	0,00	0,00	11,52	46,08	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			355	11,80	20,11	13,65	283,09	0,17
Всего				33,68	43,24	121,29	1 010,04	22,05

повар _____ .Анфимова Т.Н.