

Утверждаю

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



МЕНЮ
11 ноября 2024 г.

сад 12 час

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	7,03	9,43	28,56	227,75	0,45
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	200	1,00	0,22	20,20	92,20	0,00
Итого			590	10,76	14,85	78,34	495,51	0,45
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,15	7,24	7,54
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И МЯСОМ	200	2,89	5,38	1,44	65,81	0,64
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	13,26	16,59	1,33	207,50	0,91
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,34	0,11	30,42	125,40	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,57	0,31	16,54	79,56	0,00
Итого			675	26,79	28,45	84,48	703,51	9,27
Полдник								
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	2,59	6,84	7,95	104,36	0,47
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	5,86	8,61	109,93	0,98
2008		СУШКА	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			380	7,91	12,70	16,56	214,29	1,45
Всего				45,46	56,00	179,38	1 413,31	11,17

повар _____

Анфимова Т.Н.