

Согласовано

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

# МЕНЮ

12 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,1	0,1	37	0
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,2	6,8	26,6	189	0,5
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,3	45	0
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,7	1,1	18,3	93	0
2008		ФРУКТЫ	100	0,4	0,3	10,3	47	5
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>8,4</b>	<b>12,3</b>	<b>66,6</b>	<b>411</b>	<b>5,5</b>
<b>Обед</b>								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200	7	6,8	14,5	147	7,4
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	12,8	16,4	1,8	206	0,7
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,4	6	33,6	218	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,6	0,1	36,2	149	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,5	0,5	11,1	58	0
<b>Итого</b>			<b>645</b>	<b>30,3</b>	<b>29,8</b>	<b>97,2</b>	<b>778</b>	<b>8,1</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9	15,3	2	181	0,2
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30					0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180			11,3	45	0
2008		ВАФЛИ	30					0
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>9</b>	<b>15,3</b>	<b>13,3</b>	<b>226</b>	<b>0,2</b>
<b>Всего</b>				<b>47,7</b>	<b>57,4</b>	<b>177,1</b>	<b>1415</b>	<b>13,8</b>

повар

.Анфимова Т.Н.