

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 ноября 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								
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,35	6,65	26,97	188,94	0,47
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		ФРУКТЫ	100	0,40	0,40	9,82	47,10	10,02
Итого			490	8,48	12,25	66,37	411,60	10,49
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,15	7,24	7,54
2012	62	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	7,81	9,54	12,80	170,36	6,30
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	180	15,44	19,68	14,84	298,77	10,27
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	22,05	88,15	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
Итого			625	25,78	29,75	60,61	615,38	24,11
Полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ	180	2,22	5,54	0,17	59,41	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,29	45,15	0,00
2012	466	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	0,31	2,49	3,80	38,81	0,00
Итого			410	2,53	8,03	15,26	143,37	0,00
Всего				36,79	50,03	142,24	1 170,35	34,60

повар

Анфимова Т.Н.