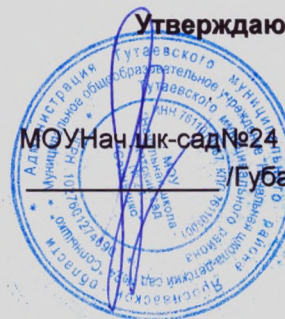


Утверждаю



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

МЕНЮ

14 апреля 2025 г.

сад 12 час

Сборник рецептов	№ 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	0,03	4,28	0,04	38,78	0,00
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	7,00	9,71	28,63	230,42	0,45
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,48	45,86	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2008		ФРУКТЫ	100	0,40	0,30	10,30	47,00	5,00
Итого			490	10,13	15,36	68,70	455,07	5,45
Обед								
2012	62	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	7,36	7,94	11,65	150,19	5,47
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ	180	12,51	13,84	12,71	225,93	13,34
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,00	0,00	20,80	83,14	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,57	0,31	16,54	79,56	0,00
Итого			595	22,44	22,09	61,70	538,82	18,81
Полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ	180	2,03	2,71	0,12	32,97	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,47	0,10	9,46	43,20	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			380	2,50	2,81	9,58	76,17	0,00
Всего				35,07	40,26	139,98	1 070,06	24,26

повар

.Анфимова Т.Н.