



Согласовано

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

# МЕНЮ

15 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>   |               |                                  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012             |               | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                 | 5          |                   | 4,3         |              | 39                            | 0             |
| 2008             | 184           | КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ            | 180        | 7,9               | 7,5         | 37,8         | 251                           | 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             | 442           | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                     | 200        | 1                 | 0,2         | 19,4         | 89                            | 0             |
| <b>Итого</b>     |               |                                  | <b>590</b> | <b>11,6</b>       | <b>13,1</b> | <b>86,8</b>  | <b>517</b>                    | <b>0,5</b>    |
| <b>Обед</b>      |               |                                  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012             | 76            | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С МЯСОМ | 200        | 4                 | 5,9         | 13,1         | 123                           | 5,4           |
| 2008             | 265           | ПЛОВ С МЯСОМ                     | 180        | 20                | 19,9        | 29,3         | 376                           | 1,16          |
| 2008             | 401           | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С" | 180        |                   |             | 22,5         | 90                            | 0             |
| 2008             |               | ХЛЕБ РЖАНОЙ                      | 35         | 2,6               | 0,3         | 16,5         | 80                            | 0             |
| <b>Итого</b>     |               |                                  | <b>595</b> | <b>26,6</b>       | <b>26,1</b> | <b>81,4</b>  | <b>669</b>                    | <b>6,56</b>   |
| <b>Полдник</b>   |               |                                  |            |                   |             |              |                               |               |
| 2012             | 206           | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ        | 180        | 3,4               | 6,2         |              | 71                            | 0,2           |
| к/к              | к/к           | ЧАЙ С САХАРОМ                    | 180        |                   |             | 11,3         | 45                            | 0             |
| 2008             |               | ПЕЧЕНЬЕ                          | 30         |                   |             |              |                               | 0             |
| <b>Итого</b>     |               |                                  | <b>390</b> | <b>3,4</b>        | <b>6,2</b>  | <b>11,3</b>  | <b>116</b>                    | <b>0,2</b>    |
| <b>Всего</b>     |               |                                  |            | <b>41,6</b>       | <b>45,4</b> | <b>179,5</b> | <b>1302</b>                   | <b>7,26</b>   |

повар \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ .Анфимова Т.Н.