



Утверждаю

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

МЕНЮ

16 октября 2024 г.

сад 12 час

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,29	0,04	38,90	0,00
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	7,83	5,74	37,74	234,38	0,43
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,23	44,89	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	10,31	47,04	5,00
Итого			490	10,96	11,40	77,57	458,22	5,43
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,34	0,06	1,16	7,32	7,63
2012	62	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	7,73	9,10	12,73	163,96	6,38
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	180	13,73	17,28	14,26	267,83	13,97
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	22,46	89,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
Итого			625	24,00	26,91	60,38	579,76	27,98
Полдник								
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	3,34	8,45	6,96	118,16	0,61
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,23	44,89	0,00
2012	466	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	0,22	2,74	4,30	42,71	0,00
Итого			420	3,56	11,19	22,49	205,76	0,61
Всего				38,52	49,50	160,44	1 243,74	34,02

повар

.Анфимова Т.Н.