

Утверждаю



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


МЕНЮ

18 октября 2024 г.

сад 12 час

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,14	0,05	37,38	0,00
2008		КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" И ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ	180	5,44	6,45	19,59	158,91	0,56
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	0,30	10,26	46,80	4,98
Итого			490	8,59	11,96	59,44	381,25	5,54
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,15	7,24	7,54
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ	200	6,90	7,54	14,39	153,39	7,57
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА КУРЫ	50/50	11,41	15,16	3,10	195,16	2,82
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	0,02	3,11	0,03	28,22	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
Итого			675	20,86	26,34	42,96	492,92	17,93
Полдник								
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,72	6,30	10,32	113,98	0,68
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,29	45,15	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			390	3,72	6,30	21,61	159,13	0,68
Всего				33,17	44,60	124,01	1 033,30	24,15

повар



Анфимова Т.Н.