

Утверждаю

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



МЕНЮ
21 ноября 2024 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	0,05	4,14	0,05	37,38	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,37	6,58	26,62	186,94	0,48
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,37	45,43	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2003		ФРУКТЫ	100	0,40	0,30	10,32	47,08	5,01
Итого			490	8,52	12,09	66,61	409,84	5,49
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,62	2,70	13,03	83,37	5,00
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	6,16	4,87	0,00	68,25	0,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,08	5,10	20,10	138,97	9,68
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	180	0,00	0,00	23,57	94,24	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
Итого			615	13,06	13,14	66,47	435,69	14,84
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,73	19,99	2,11	235,51	0,17
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,37	45,43	0,00
2008		МАРМЕЛАД	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			350	11,73	19,99	13,48	280,94	0,17
Всего				33,31	45,22	146,56	1 126,47	20,50

повар

Анфимова Т.Н.