Утверждаю
директор
МОУНач.шк-сад№24 Солнышко
_____ /Губанова Н.Н./

МЕНЮ

22 января 2025 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		
Завтрак								
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,34	6,80	26,50	188,30	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,16	44,66	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	10,27	46,85	4,98
Итого			**490**	**8,47**	**12,30**	**66,22**	**410,22**	**5,45**
Обед								
2012	62	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	7,87	9,52	12,82	170,61	6,35
2008	309	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ	180	15,41	20,08	14,80	301,86	10,27
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	22,34	89,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
Итого			**595**	**25,48**	**30,07**	**59,73**	**612,65**	**16,62**
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	160	14,80	22,43	2,81	272,63	0,23
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,16	44,66	0,00
2008		ВАФЛИ	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			**385**	**14,80**	**22,43**	**13,97**	**317,29**	**0,23**
Всего				**48,75**	**64,80**	**139,92**	**1 340,16**	**22,30**

повар _____ .Анфимова Т.Н.