

Утверждаю



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

МЕНЮ

22 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОДЫ С ПОВИДЛОМ | 40 | 0,07 | 0,00 | 11,52 | 46,38 | 0,04 |
| 2008 | 184 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ | 180 | 6,77 | 6,12 | 25,08 | 183,20 | 0,59 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,62 | 46,44 | 0,00 |
| 2008 | | ФРУКТЫ | 100 | 0,40 | 0,30 | 10,25 | 46,77 | 4,98 |
| Итого | | | 500 | 7,24 | 6,42 | 58,47 | 322,79 | 5,61 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГОВЯДИНОЙ | 200 | 9,40 | 10,11 | 19,75 | 208,06 | 6,23 |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ | 180 | 15,25 | 19,40 | 14,81 | 295,11 | 10,26 |
| 2012 | 383 | КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ | 180 | 0,01 | 0,00 | 18,25 | 72,98 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,20 | 0,47 | 9,77 | 50,86 | 0,00 |
| Итого | | | 595 | 26,86 | 29,98 | 62,58 | 627,01 | 16,49 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 206 | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ | 180 | 2,25 | 5,62 | 0,17 | 60,20 | 0,00 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,14 | 44,51 | 0,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 25 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 385 | 2,25 | 5,62 | 11,31 | 104,71 | 0,00 |
| Всего | | | | 36,35 | 42,02 | 132,36 | 1 054,51 | 22,10 |

повар

.Анфимова Т.Н.