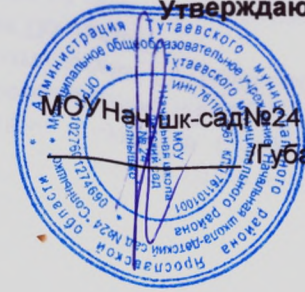


Утверждаю



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

МЕНЮ

28 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								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,30	0,04	39,02	0,00
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	28,19	6,05	28,98	287,15	0,66
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,10	40,39	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			540	30,92	11,42	57,37	459,57	0,66
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,28	0,05	0,98	6,16	6,42
2012	62	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ	200	7,58	9,48	11,77	165,72	5,49
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	16,50	13,36	22,46	276,05	11,35
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	17,72	73,57	1,44
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,57	0,31	16,54	79,56	0,00
Итого			625	27,07	23,34	69,47	601,06	24,70
Полдник								
2008	189	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	2,62	7,03	7,61	104,94	0,48
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,10	40,39	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	13	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			373	2,62	7,03	17,71	145,33	0,48
Всего				60,61	41,79	144,55	1 205,96	25,84

повар

.Анфимова Т.Н.