



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

МЕНЮ

28 декабря 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 | | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | 5 | 0,03 | 4,13 | 0,04 | 37,40 | 0,00 |
| 2008 | 190 | КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" | 180 | 5,90 | 7,66 | 26,47 | 199,44 | 0,76 |
| к/к | к/к | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,00 | 0,00 | 11,62 | 46,44 | 0,00 |
| 2008 | К/К | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 2,70 | 1,07 | 18,25 | 93,01 | 0,00 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,56 | 0,12 | 11,36 | 51,86 | 0,00 |
| Итого | | | 570 | 9,19 | 12,98 | 67,74 | 428,15 | 0,76 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ | 200 | 7,01 | 6,68 | 14,39 | 146,16 | 7,35 |
| 2008 | 259 | ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 50/50 | 13,27 | 17,01 | 1,35 | 211,52 | 0,94 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | 130 | 7,40 | 6,00 | 33,60 | 218,00 | 0,00 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С" | 180 | 0,34 | 0,11 | 30,63 | 126,27 | 0,18 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 35 | 2,20 | 0,47 | 9,77 | 50,86 | 0,00 |
| Итого | | | 645 | 30,22 | 30,27 | 89,74 | 752,81 | 8,47 |
| 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 | 30 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 |
| Итого | | | 390 | 2,25 | 5,62 | 11,31 | 104,71 | 0,00 |
| Всего | | | | 41,66 | 48,87 | 168,79 | 1 285,67 | 9,23 |

повар

.Анфимова Т.Н.