

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

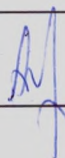
# МЕНЮ

29 января 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	6,43	8,28	32,50	231,40	0,78
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,75	3,80	14,91	109,97	0,56
2008	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2008		ФРУКТЫ	100	0,40	0,40	9,80	47,01	10,00
<b>Итого</b>			<b>490</b>	<b>13,31</b>	<b>17,68</b>	<b>75,50</b>	<b>518,79</b>	<b>11,34</b>
<b>Обед</b>								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	5,38	7,28	13,09	139,90	5,36
2008	272	ЕЖИКИ МЯСНЫЕ СО СВЕКЛОЙ	80/100	15,23	19,55	25,96	340,30	4,30
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	22,26	89,02	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
<b>Итого</b>			<b>595</b>	<b>22,81</b>	<b>27,30</b>	<b>71,08</b>	<b>620,08</b>	<b>9,66</b>
<b>Полдник</b>								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,65	23,33	2,77	279,70	0,23
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	11,29	45,15	0,00
2012	466	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	0,18	2,03	3,58	33,14	0,00
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>14,83</b>	<b>25,36</b>	<b>17,64</b>	<b>357,99</b>	<b>0,23</b>
<b>Всего</b>				<b>50,95</b>	<b>70,34</b>	<b>164,22</b>	<b>1 496,86</b>	<b>21,23</b>

повар



.Анфимова Т.Н.