

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 января 2025 г.

сад 12 час

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,14	0,05	37,38	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,33	6,62	26,59	187,01	0,48
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,23	44,89	0,00
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	46,98	10,00
Итого			490	8,48	12,23	65,92	409,27	10,48
Обед								
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,63	2,83	13,07	84,68	4,99
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	6,15	4,89	0,00	68,36	0,16
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,09	5,12	20,11	139,31	9,69
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,34	0,11	30,94	127,53	0,18
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
Итого			615	13,41	13,42	73,89	470,74	15,02
Полдник								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	180	7,17	3,47	35,97	203,54	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	11,23	44,89	0,00
2008		ВАФЛИ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			390	7,17	3,47	47,20	248,43	0,00
Всего				29,06	29,12	187,01	1 128,44	25,50

повар

.Анфимова Т.Н.