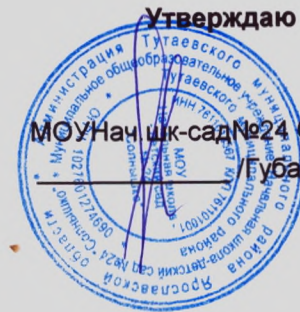


Утверждаю



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

МЕНЮ

31 октября 2024 г.

сад 12 час

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,23	0,03	29,27	0,00
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	180	6,84	6,18	25,02	183,76	0,62
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	13,05	52,17	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2,70	1,07	18,25	93,01	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			590	9,56	10,48	56,35	358,21	0,62
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,34	0,06	1,17	7,38	7,68
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	1,72	2,04	13,82	80,94	5,36
2008	239	КОТЛЕТА РЫБНАЯ	60	6,89	4,90	0,00	71,38	0,18
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,07	3,66	20,44	127,33	9,90
2012	383	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180	0,01	0,00	18,96	75,86	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	2,20	0,47	9,77	50,86	0,00
Итого			615	14,23	11,13	64,16	413,75	23,12
Полдник								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ЯЙЦОМ	180	1,74	4,68	0,13	49,62	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	13,05	52,17	0,00
2008		МАРМЕЛАД	25	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			385	1,74	4,68	13,18	101,79	0,00
Всего				25,53	26,29	133,69	873,75	23,74

повар

Анфимова Т.Н.