

Согласовано

Заведующий
МДОБУ "Плотинский детский сад"
_____/Чубарова М.Е./

МЕНЮ

6 декабря 2024 г.

Сад 10 часов

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								
2010	05	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0.1	7.3	0.1	66	0
2010	16	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6.5	6.9	25.2	189	0.5
2010	45	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3	2.4	15.3	95	0.5
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2.9	1.2	20	102	0
Итого			430	12.5	17.8	60.6	452	1
II Завтрак								
2010	53	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	160	0.8	0.2	16.8	72	3.3
Итого			160	0.8	0.2	16.8	72	3.3
Обед								
2010	60	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	200/10	4.5	6.8	15.2	138	5.6
2010	28	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	8.6	7.8	11.2	148	0.3
2010	38	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3.1	3.7	9.2	84	28.4
2010	40	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.1	0.1	14.9	63	1.4
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2.5	0.4	18.4	82	0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1.5	0.6	10	51	0
Итого			670	20.3	19.4	78.9	566	35.7
Полдник								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	100	2.7	2.4	10.7	76	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	25	1.8	2.4	18	101	0
Итого			125	4.5	4.8	28.7	177	0
Всего				38.1	42.2	185	1267	40

Повар _____ Пенёва Т.Ю.