

Согласовано

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

МЕНЮ

9 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	20	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	7.5	8.3	1.8	110	0.2
2010	43	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0.2		10	41	0
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	2.9	1.2	20	102	0
Итого			330	10.7	16.8	31.9	319	0.2
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	62	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200/10	5.2	6.8	16.3	147	14
2008	314	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ	70	11.2	5.5	14.3	149	0.3
2010	36	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2.1	3.9	16.7	111	8.4
2010	1	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	1	2	5.8	45	2.7
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0.4	0.1	22.3	92	0
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			700	23.9	19.3	103.8	677	25.4
Полдник								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	100	2.7	2.4	10.7	76	0
к/к	к/к	ПЕЧЕНЬЕ	25	1.9	2.5	18.6	104	0
Итого			125	4.6	4.9	29.3	180	0
Всего				40	41.2	181.8	1248	28.9

Повар _____ Пенёва Т.Ю.