

Согласовано

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

МЕНЮ

12 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 | 18 | КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 5.7 | 7.1 | 27.8 | 199 | 0.7 |
| 2010 | 44 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0.1 | | 10 | 40 | 0 |
| к/к | к/к | БАТОН НАРЕЗНОЙ | 40 | 2.9 | 1.2 | 20 | 102 | 0 |
| Итого | | | 420 | 8.7 | 8.3 | 57.8 | 341 | 0.7 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2010 | 09 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 90 | 0.3 | 0.3 | 7.8 | 37 | 7.9 |
| Итого | | | 90 | 0.3 | 0.3 | 7.8 | 37 | 7.9 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2010 | 57 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ | 200/10 | 4.1 | 5.5 | 15.1 | 126 | 7.4 |
| 2008 | 314 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ КУРИЦЫ | 60 | 6.7 | 5 | 8.2 | 103 | 0.5 |
| 2010 | 35 | РОЖКИ ОТВАРНЫЕ | 120 | 4.4 | 4 | 27.5 | 163 | 0 |
| 2010 | 01 | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ | 50 | 1 | 2 | 5.8 | 45 | 2.7 |
| 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 | | | 680 | 20.3 | 17.6 | 99.9 | 633 | 12 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ | 180 | 5 | 4.4 | 8.3 | 94 | 0.9 |
| 2010 | 50 | БУЛОЧКА | 70 | 5 | 4.4 | 35 | 199 | 0.1 |
| Итого | | | 250 | 10 | 8.8 | 43.3 | 293 | 1 |
| Всего | | | | 39.3 | 35 | 208.8 | 1304 | 21.6 |

Повар _____ Пенёва Т.Ю.