

Утверждаю

заведующая

МДОУ Дуниловский детский сад

\_\_\_\_\_ /Декина Татьяна Валерьевна/

## МЕНЮ

27 января 2025 г.

### Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	184	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,1	7,7	20,1	173	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/12			12,1	48	0
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>8,3</b>	<b>11,8</b>	<b>39,2</b>	<b>283</b>	<b>0,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	61	0,9	0,3	12,9	59	6,1
<b>Итого</b>			<b>61</b>	<b>0,9</b>	<b>0,3</b>	<b>12,9</b>	<b>59</b>	<b>6,1</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	20	0,2		0,4	3	0,4
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ	180	5,8	7,4	6,9	118	2,6
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	8,5	4,4	10,7	116	0,1
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,9	4,2	17,3	119	7,9
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1		27	108	5,4
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>610</b>	<b>19,5</b>	<b>16,3</b>	<b>75</b>	<b>525</b>	<b>16,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,8	15	110	0,6
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
<b>Итого</b>			<b>210</b>	<b>4,5</b>	<b>4,8</b>	<b>38,2</b>	<b>216</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>33,2</b>	<b>33,2</b>	<b>165,3</b>	<b>1083</b>	<b>23,7</b>

повар \_\_\_\_\_ Громова Анна Григорьевна