

Утверждаю  
Директор МАДОУ НТГО д/с  
"Голубок"

Шипицина О.Н.

## МЕНЮ

на 19.11.2024 г.

по столовой МАДОУ НТГО д/с "Голубок"

### Д/с Голубок

#### ЗАВТРАК

| № рец.   | Наименование блюд             | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |         |          |              |
|----------|-------------------------------|------------|------------|------------------|---------|----------|--------------|
|          |                               |            |            | Белки            | Жиры    | Углеводы | Калорийность |
| 230(180) | Каша манная молочная жидкая   | 0,180      | 10,74      | 5,13359          | 6,44531 | 24,9921  | 179,35       |
| 464      | Кофейный напиток (масло, сыр) | 0,180      | 12,05      | 3,49964          | 6,94548 | 11,82512 | 124,96       |
| Итого    |                               |            | 22,79      |                  |         |          |              |

#### ЗАВТРАК 2

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |      |          |              |
|--------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
|        |                   |            |            | Белки            | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| К(120) | Кефир             | 0,120      | 11,87      | 3,48             | 3    | 9,79     | 83,55        |
| Итого  |                   |            | 11,87      |                  |      |          |              |

#### ОБЕД

| № рец.   | Наименование блюд           | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |        |          |              |
|----------|-----------------------------|------------|------------|------------------|--------|----------|--------------|
|          |                             |            |            | Белки            | Жиры   | Углеводы | Калорийность |
| 256(110) | Макаронные изделия отварные | 0,110      | 4,96       | 4,26             | 3,98   | 26,09    | 156,99       |
| 419(050) | Соус томатный               | 0,050      | 2,76       | 0,6375           | 1,84   | 4,08     | 35,88        |
| 308      | Котлеты рыбные любительские | 0,070      | 16,55      | 10,16094         | 3,8866 | 4,27462  | 93,16        |
| Ч(1)     | Чеснок порционно            | 0,001      | 0,45       | 0,065            | 0,005  | 0,299    | 1,49         |
| ТТК27/   | ТТК Свекольник с курицей    | 0,180      | 18,98      | 7,93             | 11,01  | 11,25    | 175,94       |
| ТТК      | Компот из смеси сухофруктов | 0,180      | 1,74       | 0,027            | 0      | 10,287   | 40,91        |
| Итого    |                             |            | 45,43      |                  |        |          |              |

#### УПЛОТН.ПОЛДНИК

| № рец.   | Наименование блюд                  | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |         |          |              |
|----------|------------------------------------|------------|------------|------------------|---------|----------|--------------|
|          |                                    |            |            | Белки            | Жиры    | Углеводы | Калорийность |
| 211(150) | Каша рассыпчатая с овощами (греча) | 0,150      | 6,96       | 8,00562          | 4,70172 | 36,39852 | 219,84       |
| 419(050) | Соус томатный                      | 0,050      | 3,70       | 0,6375           | 1,84    | 4,08     | 35,88        |
| 457(200) | чай с сахаром                      | 0,200      | 1,11       | 0,2              | 0,051   | 10,02    | 41,3         |
| Итого    |                                    |            | 11,77      |                  |         |          |              |

#### ХЛЕБ

| № рец.          | Наименование блюд                        | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность |         |           |              |
|-----------------|------------------------------------------|------------|------------|------------------|---------|-----------|--------------|
|                 |                                          |            |            | Белки            | Жиры    | Углеводы  | Калорийность |
| Х(30/30/40)     | Хлеб (батон 30, хлеб пш.30, хлеб бел.40) | 0,100      | 10,41      | 7,49             | 1,55    | 49,7      | 244,3        |
| Итого           |                                          |            | 10,41      |                  |         |           |              |
| Итого по группе |                                          |            | 102,27     | 51,5268          | 45,2551 | 203,08636 | 1433,55      |

