

Утверждаю
Директор МАДОУ НТГО д/с
"Голубок"

Шипицина О.Н.

МЕНЮ

на 22.11.2024 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 |
| ТТК 61 (180) | Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая | 0,180 | 10,79 | 5,69632 | 7,83715 | 22,65629 | 184,72 |
| 464/1(20) | Кофейный напиток , масло | 0,200 | 7,44 | 1,62364 | 5,12548 | 11,82512 | 100,25 |
| Итого | | | 18,23 | | | | |

ЗАВТРАК 2

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|---------|-------------------|------------|------------|------------------|------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| C2(180) | Сок фруктовый | 0,180 | 10,32 | 0,72 | 0,54 | 19,8 | 81,9 |
| Итого | | | 10,32 | | | | |

ОБЕД

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|-----------------|----------------------------------|------------|------------|------------------|----------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 54- | Плов из курицы | 0,200 | 40,72 | 23,33 | 26,76 | 36,86 | 481,78 |
| Ч(1) | Чеснок порционно | 0,001 | 0,45 | 0,065 | 0,005 | 0,299 | 1,49 |
| ТТК116 (180) | суп из овощей на курином бульоне | 0,180 | 17,12 | 7,67811 | 10,84402 | 7,96377 | 160,48 |
| ТТК | Компот из смеси сухофруктов | 0,180 | 1,74 | 0,027 | 0 | 10,287 | 40,91 |
| Итого | | | 60,03 | | | | |

УПЛОТН.ПОЛДНИК

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|--------------|---|------------|------------|------------------|---------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| 177(150) | Рагу из овощей с томатным соусом (ТК №419) | 0,150 | 13,57 | 2,97471 | 7,16266 | 17,36132 | 146,94 |
| 457(200) | чай с сахаром | 0,200 | 1,11 | 0,2 | 0,051 | 10,02 | 41,3 |
| 586(030) | Печенье молочное | 0,030 | 4,05 | 1,74 | 8,85 | 17,55 | 149,4 |
| Итого | | | 18,73 | | | | |

ХЛЕБ

| № рец. | Наименование блюд | Выход, гр. | Цена, руб. | Пищевая ценность | | | |
|-----------------|---|------------|------------|------------------|---------|----------|--------------|
| | | | | Белки | Жиры | Углеводы | Калорийность |
| X(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 | | | 117,71 | 51,5448 | 68,7253 | 204,3225 | 1633,47 |

