

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

3 февраля 2025 г.

Сад 9 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,70	7,07	25,39	183,60	0,47
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	26	1,95	0,16	12,85	60,63	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,25	3,47	15,74	107,20	0,58
Итого			413	10,97	16,51	54,05	403,93	1,05
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	106	0,42	0,42	10,35	49,65	10,56
Итого			106	0,42	0,42	10,35	49,65	10,56
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С ГРУДКОЙ КУРИННОЙ И СМЕТАНОЙ	250	7,03	8,04	18,22	173,76	7,25
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	75	13,78	6,98	19,28	195,38	0,18
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,90	4,72	18,59	128,59	8,93
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	12	0,00	2,91	2,90	37,77	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,71	0,02
Итого			687	26,36	23,00	85,63	655,79	16,38
Полдник								
2008		ВАФЛИ	22	0,62	0,73	17,01	77,88	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			202	0,82	0,83	32,01	137,88	0,00
Всего				38,57	40,76	182,04	1 247,25	27,99

повар _____ Грибова И.Г.