

Утверждаю

заведующий

МДОУН№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

2 апреля 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	5,50	7,65	22,43	179,99	0,48
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	4,95	0,10	45,23	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,44	3,49	15,34	106,49	0,58
Итого			417	11,30	16,28	52,92	402,76	1,06
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,67	0,04	24,67	102,25	0,21
Итого			180	0,67	0,04	24,67	102,25	0,21
Обед								
2008	105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОСИСКОЙ	250	4,18	6,86	16,60	145,28	8,28
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	70	7,35	15,99	0,27	174,56	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,49	4,95	24,75	166,09	0,00
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,81	2,96	4,70	49,16	8,40
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,56	34,18	0,01
Итого			760	23,43	31,39	91,13	742,30	16,69
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАНОЙ	80	12,30	11,10	16,02	213,08	0,20
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,56	34,18	0,01
Итого			260	12,30	11,10	24,58	247,26	0,21
Всего				47,70	58,81	193,30	1 494,57	18,17

повар _____ Грибова И.Г.