

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

5 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								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	200	7,29	10,25	29,10	237,15	0,65
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,10	6,89	0,13	62,89	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,12	0,17	13,92	65,72	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,21	2,07	25,44	125,01	0,10
Итого			418	10,72	19,38	68,59	490,77	0,75
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	15,73	62,89	0,00
Итого			180	0,00	0,00	15,73	62,89	0,00
Обед								
2008	105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОСИСКОЙ	250	4,84	13,70	16,06	207,33	7,90
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	90	9,81	21,31	0,36	232,70	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,51	6,00	24,77	175,72	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,12	0,17	13,92	65,72	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,48	0,33	15,90	76,49	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,65	42,57	0,00
Итого			716	24,76	41,51	81,66	800,53	7,90
Полдник								
		Снежок	124	3,71	3,09	13,61	97,76	0,00
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,44	0,20	16,06	75,78	0,00
Итого			156	6,15	3,29	29,67	173,54	0,00
Всего				41,63	64,18	195,65	1 527,73	8,65

повар _____ Грибова И.Г.