

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

# МЕНЮ

6 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	224	6,14	8,14	31,82	224,17	0,72
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,06	0,17	13,55	63,94	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,32	0,10	48,54	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>438</b>	<b>8,47</b>	<b>13,73</b>	<b>60,47</b>	<b>396,65</b>	<b>0,72</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	0,77	0,32	24,16	117,15	93,32
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,77</b>	<b>0,32</b>	<b>24,16</b>	<b>117,15</b>	<b>93,32</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С СОСИСКОЙ И СМЕТАНОЙ	250	2,68	4,03	15,28	108,63	12,65
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	12,53	7,77	12,88	171,80	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,16	4,36	20,21	132,93	9,71
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАНый	36	1,09	0,07	2,28	14,05	1,45
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,06	0,17	13,55	63,94	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	9,36	37,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>738</b>	<b>24,17</b>	<b>16,75</b>	<b>90,52</b>	<b>610,34</b>	<b>23,81</b>
<b>Полдник</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	112	22,20	12,89	21,45	290,62	0,26
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,36	37,41	0,00
<b>Итого</b>			<b>292</b>	<b>22,20</b>	<b>12,89</b>	<b>30,81</b>	<b>328,03</b>	<b>0,26</b>
<b>Всего</b>				<b>55,61</b>	<b>43,69</b>	<b>205,96</b>	<b>1 452,17</b>	<b>118,11</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.