

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

7 марта 2025 г.

Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	6,68	6,54	20,66	168,30	0,68
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,08	0,10	46,34	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,84	4,96	18,47	138,11	0,78
Итого			417	13,88	16,77	54,28	423,80	1,46
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и С СОСИСКОЙ	250	5,19	9,81	16,38	175,25	0,73
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	90	9,82	21,32	0,36	232,82	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,23	5,25	90,90	96,96	22,22
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,31	0,10	29,68	122,22	0,17
Итого			720	21,44	36,86	154,79	712,73	24,62
Полдник								
		Шоколадка	10	0,95	3,37	4,89	53,74	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,01
Итого			190	0,95	3,37	14,57	92,44	0,01
Всего				36,67	57,40	233,44	1 275,97	36,09

повар _____ Грибова И.Г.