

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

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

## МЕНЮ

10 марта 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,46	7,01	23,88	176,42	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	3,63	3,70	15,12	108,59	0,58
<b>Итого</b>			<b>413</b>	<b>11,11</b>	<b>16,68</b>	<b>51,92</b>	<b>398,14</b>	<b>1,05</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	12,58	50,31	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>12,58</b>	<b>50,31</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, С СОСИСКОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,95	10,86	19,78	201,34	12,83
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	65	11,43	6,01	19,22	176,93	0,17
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,89	4,72	18,50	128,19	8,89
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	55	0,75	2,95	4,67	48,68	7,75
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	9,10	36,39	0,02
<b>Итого</b>			<b>720</b>	<b>23,67</b>	<b>24,89</b>	<b>88,23</b>	<b>673,11</b>	<b>29,66</b>
<b>Полдник</b>								
		Снежок	99	2,97	2,47	10,89	78,21	0,00
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>2,97</b>	<b>2,47</b>	<b>10,89</b>	<b>78,21</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>			<b>37,75</b>	<b>44,04</b>	<b>163,62</b>	<b>1 199,77</b>	<b>30,71</b>	

повар

Грибова И.Г.