

Утверждаю

заведующий
МДОУН№10 "КАЛИНКА"
_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ
10 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								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,52	7,75	22,42	180,98	0,47
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,44	3,57	15,38	107,53	0,57
Итого			417	11,32	17,32	52,92	412,06	1,04
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	21,01	84,03	0,00
Итого			180	0,00	0,00	21,01	84,03	0,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,99	5,96	21,74	164,94	8,11
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ КРАСНЫМ ОСНОВНЫМ	75/50	13,48	12,36	23,29	258,42	3,81
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,55	10,76	12,81	158,90	12,51
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	9,49	37,93	0,01
Итого			725	24,67	29,43	84,29	701,77	24,44
Полдник								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	108	1,62	0,54	22,64	103,49	10,78
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,49	37,93	0,01
Итого			288	1,62	0,54	32,13	141,42	10,79
Всего				37,61	47,29	190,35	1 339,28	36,27

повар _____ Грибова И.Г.