

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

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

## МЕНЮ

11 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	5,07	6,25	25,87	177,30	0,47
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,44	3,57	15,77	109,08	0,57
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>10,87</b>	<b>15,82</b>	<b>56,76</b>	<b>409,93</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,90	0,18	17,87	77,59	3,62
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>17,87</b>	<b>77,59</b>	<b>3,62</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП С МАКОРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250	4,62	3,46	11,58	96,45	0,51
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	54/50	11,63	26,71	6,79	314,37	1,10
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	36	2,38	0,32	15,26	73,43	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,01
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>28,32</b>	<b>36,68</b>	<b>91,96</b>	<b>812,00</b>	<b>1,62</b>
<b>Полдник</b>								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	5,73	4,65	37,38	214,23	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,01
<b>Итого</b>			<b>255</b>	<b>5,73</b>	<b>4,65</b>	<b>47,06</b>	<b>252,93</b>	<b>0,01</b>
<b>Всего</b>				<b>45,82</b>	<b>57,33</b>	<b>213,65</b>	<b>1 552,45</b>	<b>6,29</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.