

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

12 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,31	8,32	24,05	195,76	0,58
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,01	4,28	17,17	123,18	0,72
Итого			436	14,21	18,72	66,38	489,85	1,30
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	22,34	89,34	0,00
Итого			180	0,00	0,00	22,34	89,34	0,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,25	5,89	21,77	165,59	8,22
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ КУРЫ	130	10,87	15,05	13,18	232,40	12,70
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	29	0,23	0,03	0,49	3,77	1,45
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	9,92	39,67	0,01
Итого			629	20,00	21,32	62,32	523,01	22,38
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	7,26	5,28	38,19	229,33	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,92	39,67	0,01
Итого			255	7,26	5,28	48,11	269,00	0,01
Всего				41,47	45,32	199,15	1 371,20	23,69

повар _____ Грибова И.Г.