

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

12 мая 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,62	6,63	21,26	162,75	0,47
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	5,51	0,11	50,31	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,21	3,42	14,31	100,86	0,57
Итого			418	10,20	15,75	50,73	384,97	1,04
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,36	0,08	21,44	88,50	0,00
Итого			180	0,36	0,08	21,44	88,50	0,00
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	4,78	4,71	15,83	125,61	16,08
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	56	10,62	6,49	10,96	145,00	0,12
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,29	4,11	29,52	173,05	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	14,67	58,68	0,00
Итого			688	24,83	15,95	102,99	654,97	16,20
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	90	13,59	8,48	13,06	182,81	0,17
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,29	37,15	0,00
Итого			270	13,59	8,48	22,35	219,96	0,17
Всего				48,98	40,26	197,51	1 348,40	17,41

повар _____ Грибова И.Г.