

Утверждаю

заведующий

МДОУ №10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

13 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								
		КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,59	8,64	27,15	213,05	0,83
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,08	0,10	46,34	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,36	37,41	0,01
Итого			407	8,19	13,84	46,65	344,16	0,84
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	24,75	98,99	0,00
Итого			180	0,00	0,00	24,75	98,99	0,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ И МЯСОМ	250	8,16	3,41	23,80	159,20	7,94
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60/50	10,15	6,35	4,29	114,87	0,44
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,41	3,88	35,60	189,46	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
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	9,36	37,41	0,01
Итого			730	25,90	14,11	100,05	629,88	8,39
Полдник								
2008	435	СНЕЖОК	82	2,47	2,06	9,07	65,17	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
Итого			102	4,00	2,18	19,11	112,53	0,00
Всего				38,09	30,13	190,56	1 185,56	9,23

повар _____ Грибова И.Г.