

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

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

## МЕНЮ

14 февраля 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	4,24	5,09	25,35	161,28	0,29
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,19	15,68	74,01	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,01	2,14	13,79	82,46	0,36
<b>Итого</b>			<b>417</b>	<b>8,70</b>	<b>13,23</b>	<b>54,89</b>	<b>370,25</b>	<b>0,65</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ		0,90	0,18	17,87	77,59	3,62
<b>Итого</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	4,28	2,80	11,17	87,27	0,62
2010	68	ГУЛЯШ ИЗ МЯСА	65/70	9,45	23,30	10,23	288,69	3,42
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,19	15,68	74,01	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,01
<b>Итого</b>			<b>776</b>	<b>26,82</b>	<b>32,73</b>	<b>101,56</b>	<b>808,65</b>	<b>4,05</b>
<b>Полдник</b>								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	75	5,92	4,70	36,95	213,81	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>5,92</b>	<b>4,70</b>	<b>46,63</b>	<b>252,51</b>	<b>0,01</b>
<b>Всего</b>				<b>42,34</b>	<b>50,84</b>	<b>220,95</b>	<b>1 509,00</b>	<b>8,33</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.