

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

14 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	3,97	5,37	23,69	156,47	0,29
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	150	2,24	2,29	13,89	85,26	0,36
Итого			386	8,57	13,66	52,70	365,28	0,65
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ		0,90	0,18	17,87	77,59	3,62
Итого				0,90	0,18	17,87	77,59	3,62
Обед								
2008	92	СУП С МАКОРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250	4,42	3,34	11,06	92,34	0,57
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	60/70	11,26	26,04	10,21	320,55	3,23
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	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,01
Итого			760	28,02	35,92	96,56	822,22	3,81
Полдник								
2010	45	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	105	17,25	8,25	27,43	252,01	1,40
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,01
Итого			285	17,25	8,25	37,11	290,71	1,41
Всего				54,74	58,01	204,24	1 555,80	9,49

повар _____ Грибова И.Г.