

Утверждаю

заведующий
МДОУН№10 "КАЛИНКА"
_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ
14 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								
2012	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	7,70	6,01	30,85	208,77	0,61
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,17	13,63	64,34	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	4,83	0,09	44,14	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,49	0,82	16,40	74,90	0,04
Итого			414	10,33	11,83	60,97	392,15	0,65
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	103	0,41	0,41	10,07	48,27	10,27
Итого			103	0,41	0,41	10,07	48,27	10,27
Обед								
2008	105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250	4,53	3,04	15,64	108,34	7,75
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	60	9,24	6,03	6,80	118,45	0,42
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,49	4,83	24,75	165,01	0,00
2008	137	СВЕКЛА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	1,95	6,93	10,77	113,25	4,24
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	27	2,07	0,17	13,63	64,34	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	9,85	39,35	0,00
Итого			777	26,59	21,44	102,64	710,72	12,41
Полдник								
2008		ВАФЛИ	22	0,63	0,74	17,39	79,65	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,85	39,35	0,00
Итого			202	0,63	0,74	27,24	119,00	0,00
Всего				37,96	34,42	200,92	1 270,14	23,33

повар _____ Грибова И.Г.