

Утверждаю

заведующий  
МДОУН№10 "КАЛИНКА"  
\_\_\_\_\_/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

**МЕНЮ**  
**15 мая 2025 г.**

**Сад 9 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                          | Выход   | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|---------------------------------------------|---------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                             |         | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                             |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 184                 | КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ВЯЗКАЯ             | 200     | 4,89              | 6,42    | 21,03            | 160,52                                   | 0,43                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 28      | 2,16              | 0,18    | 14,22            | 67,10                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                            | 7       | 0,07              | 5,08    | 0,10             | 46,34                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 433                 | КАКАО С МОЛОКОМ                             | 180     | 0,73              | 1,24    | 16,86            | 81,39                                    | 0,06                  |
| Итого                         |                     |                                             | 415     | 7,85              | 12,92   | 52,21            | 355,35                                   | 0,49                  |
| II Завтрак                    |                     |                                             |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| к/к                           | к/к                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ С<br>ВИТАМИНОМ "С" | 180     | 0,72              | 0,08    | 22,30            | 93,62                                    | 0,16                  |
| Итого                         |                     |                                             | 180     | 0,72              | 0,08    | 22,30            | 93,62                                    | 0,16                  |
| Обед                          |                     |                                             |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 92                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ                    | 250     | 2,90              | 3,76    | 18,85            | 121,24                                   | 9,29                  |
| 2010                          | 64                  | «ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ                              | 100/100 | 13,75             | 10,27   | 24,35            | 244,13                                   | 2,38                  |
| 2010                          | 5                   | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                             | 95      | 1,54              | 6,75    | 10,02            | 106,90                                   | 4,28                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                              | 28      | 2,16              | 0,18    | 14,22            | 67,10                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ         | 38      | 2,54              | 0,34    | 16,25            | 78,18                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 180     | 0,00              | 0,00    | 7,91             | 31,61                                    | 0,01                  |
| Итого                         |                     |                                             | 791     | 22,89             | 21,30   | 91,60            | 649,16                                   | 15,96                 |
| Полдник                       |                     |                                             |         |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                          | 65      | 5,64              | 5,77    | 31,57            | 200,84                                   | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                               | 180     | 0,00              | 0,00    | 7,91             | 31,61                                    | 0,01                  |
| Итого                         |                     |                                             | 245     | 5,64              | 5,77    | 39,48            | 232,45                                   | 0,01                  |
| Всего                         |                     |                                             |         | 37,10             | 40,07   | 205,59           | 1 330,58                                 | 16,62                 |

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.