

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

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

## МЕНЮ

17 января 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	4,64	6,34	25,70	175,78	0,39
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	144	2,68	2,85	14,84	95,76	0,48
<b>Итого</b>			<b>384</b>	<b>9,93</b>	<b>15,21</b>	<b>57,34</b>	<b>402,98</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,84	0,05	29,22	121,37	0,27
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,84</b>	<b>0,05</b>	<b>29,22</b>	<b>121,37</b>	<b>0,27</b>
<b>Обед</b>								
2008	92	СУП С МАКОРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250	5,11	3,88	12,21	104,72	0,57
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	66/70	13,14	28,58	9,83	349,41	2,90
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,01
<b>Итого</b>			<b>729</b>	<b>28,19</b>	<b>38,67</b>	<b>82,05</b>	<b>789,77</b>	<b>3,48</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ВАФЛИ	40	1,12	1,32	30,92	141,60	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>40</b>	<b>1,12</b>	<b>1,32</b>	<b>30,92</b>	<b>141,60</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>40,08</b>	<b>55,25</b>	<b>199,53</b>	<b>1 455,72</b>	<b>4,62</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.