

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

18 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		
Завтрак								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,57	6,86	24,46	181,29	0,58
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,19	0,18	14,43	68,09	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,35	0,08	39,72	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,25	4,28	17,01	123,43	0,72
Итого			415	12,07	15,67	55,98	412,53	1,30
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	88	0,35	0,35	8,62	41,35	8,80
Итого			88	0,35	0,35	8,62	41,35	8,80
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,53	5,33	15,93	138,58	16,05
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	46	11,06	6,03	10,27	139,89	0,12
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,20	3,60	28,87	165,52	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,19	0,18	14,43	68,09	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	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	13,55	54,18	0,00
Итого			685	27,29	15,58	104,25	668,24	16,17
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,75	4,50	16,50	115,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,44	37,73	0,00
Итого			205	1,75	4,50	25,94	152,73	0,00
Всего				41,46	36,10	194,79	1 274,85	26,27

повар _____ Грибова И.Г.