

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 апреля 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								
		КАША КУКУРУЗНАЯ	200	4,61	6,59	28,05	190,41	0,44
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	34	2,62	0,21	17,26	81,47	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,22	0,10	47,66	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	12,19	48,76	0,01
Итого			421	7,30	12,02	57,60	368,30	0,45
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	120	0,00	0,00	13,80	55,20	2,40
Итого			120	0,00	0,00	13,80	55,20	2,40
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	6,94	2,77	21,56	139,34	10,74
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	12,11	10,10	14,45	197,30	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,70	4,02	18,81	122,37	9,22
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,10	14,60	58,38	0,00
Итого			700	24,17	17,28	82,65	582,48	21,46
Полдник								
		Шоколадка	20	1,90	6,73	9,78	107,48	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	12,19	48,76	0,01
Итого			200	1,90	6,73	21,97	156,24	0,01
Всего				33,37	36,03	176,02	1 162,22	24,32

повар _____ Грибова И.Г.