

Утверждаю

заведующий

МДОУ №10 "КАЛИНКА"

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

## МЕНЮ

20 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,24	7,17	26,83	192,00	0,62
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,18	0,18	14,35	67,73	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	4,79	0,09	43,69	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,16	1,98	20,97	106,24	0,10
<b>Итого</b>			<b>416</b>	<b>8,65</b>	<b>14,12</b>	<b>62,24</b>	<b>409,66</b>	<b>0,72</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,52	0,07	19,22	80,24	0,10
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,52</b>	<b>0,07</b>	<b>19,22</b>	<b>80,24</b>	<b>0,10</b>
<b>Обед</b>								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250	6,24	5,73	16,64	143,75	12,81
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	9,47	5,82	12,02	138,48	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,83	4,07	18,70	122,86	9,04
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	29	2,18	0,18	14,35	67,73	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,17	28,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>699</b>	<b>23,37</b>	<b>16,15</b>	<b>85,84</b>	<b>583,04</b>	<b>21,85</b>
<b>Полдник</b>								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	65	5,37	4,78	40,17	225,33	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,17	28,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>245</b>	<b>5,37</b>	<b>4,78</b>	<b>47,34</b>	<b>253,97</b>	<b>0,00</b>
<b>Всего</b>				<b>37,91</b>	<b>35,12</b>	<b>214,64</b>	<b>1 326,91</b>	<b>22,67</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.