

Утверждаю

заведующий
МДОУ№10 "КАЛИНКА"
_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ
21 мая 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,81	7,14	20,19	163,76	0,39
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,67	2,85	14,36	93,73	0,48
Итого			417	9,84	15,99	49,67	381,04	0,87
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,41	0,09	24,77	102,22	0,00
Итого			180	0,41	0,09	24,77	102,22	0,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,03	5,26	22,24	156,89	8,25
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	9,98	12,02	27,01	255,17	0,83
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,83	2,96	4,94	50,16	8,64
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	9,36	37,41	0,01
Итого			650	18,49	20,59	80,51	581,21	17,73
Полдник								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	101	1,52	0,51	21,31	97,44	10,15
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,36	37,41	0,01
Итого			281	1,52	0,51	30,67	134,85	10,16
Всего				30,26	37,18	185,62	1 199,32	28,76

повар _____ Грибова И.Г.