

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

22 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								
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,93	7,67	29,11	209,23	0,39
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	33	2,54	0,21	16,73	78,94	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	0,09	6,77	0,13	61,78	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,68	2,85	14,84	95,76	0,48
Итого			422	11,24	17,50	60,81	445,71	0,87
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	133	0,00	0,00	15,33	61,33	2,67
Итого			133	0,00	0,00	15,33	61,33	2,67
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	8,98	2,44	20,53	140,38	10,25
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/40	12,95	10,05	3,42	155,89	9,41
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,12	6,51	27,51	193,80	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	47	3,09	0,41	19,78	95,18	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			730	33,88	19,72	102,97	724,19	19,66
Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	125	17,16	10,00	22,84	248,03	3,40
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			305	17,16	10,00	32,52	286,73	3,40
Всего				62,28	47,22	211,63	1 517,96	26,60

повар _____ Грибова И.Г.