

Утверждаю

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

МЕНЮ
23 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,00	7,25	21,33	169,98	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	2,68	2,85	15,48	98,34	0,48
Итого			417	10,04	16,10	51,93	391,87	0,87
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	20,93	83,72	0,00
Итого			180	0,00	0,00	20,93	83,72	0,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,83	6,47	23,55	180,05	8,18
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ КРАСНЫМ ОСНОВНЫМ	80/50	17,88	14,39	32,51	331,29	0,26
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	129	3,86	11,48	21,82	206,95	12,72
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,21	0,29	14,13	67,99	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,00	39,99	0,01
Итого			722	30,78	32,63	102,01	826,27	21,17
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОБОГАЩЕННОЕ	40	2,80	7,20	26,40	184,00	0,00
2008		БАНАН	135	2,03	0,68	28,42	129,92	13,53
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,00	39,99	0,01
		Шоколадка	3	0,32	1,13	1,63	17,91	0,00
Итого			358	5,15	9,01	66,45	371,82	13,54
Всего				45,97	57,74	241,32	1 673,68	35,58

повар _____ Грибова И.Г.