

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

24 января 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 ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,57	7,96	28,48	210,78	0,65
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	62	4,77	0,39	31,36	148,01	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,08	0,10	46,34	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,41	3,46	32,24	169,85	0,15
Итого			449	13,82	16,89	92,18	574,98	0,80
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,00	0,00	14,38	57,50	2,50
Итого			125	0,00	0,00	14,38	57,50	2,50
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ и С СОСИСКОЙ	250	5,32	10,84	14,35	176,83	0,56
2008	254	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	105	11,24	24,43	0,41	266,83	0,00
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3,14	5,10	88,20	94,08	21,56
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	75	4,97	0,66	31,79	152,97	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	125	0,90	0,18	17,79	77,21	3,58
Итого			715	25,81	41,24	153,05	771,82	27,20
Полдник								
2008		ВАФЛИ	40	1,12	1,32	30,92	141,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,01
Итого			220	1,12	1,32	40,60	180,30	0,01
Всего				40,75	59,45	300,21	1 584,60	30,51

повар _____ Грибова И.Г.