

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

24 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		
Завтрак								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	209	5,98	8,48	25,63	198,30	0,52
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,14	0,17	14,05	66,31	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	9	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,35	1,88	15,47	84,36	0,08
Итого			426	9,54	16,34	55,22	401,47	0,60
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,14	0,03	21,83	88,33	0,00
Итого			180	0,14	0,03	21,83	88,33	0,00
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,84	4,86	19,90	147,16	13,50
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	11,82	8,96	14,95	187,82	7,72
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,83	2,77	4,88	48,19	8,58
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	9,10	36,39	0,02
Итого			720	21,14	16,94	65,79	501,14	29,82
Полдник								
		Снежок	99	2,97	2,47	10,89	78,21	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	3,20	0,26	21,08	99,46	0,00
Итого			141	6,17	2,73	31,97	177,67	0,00
Всего				36,99	36,04	174,81	1 168,61	30,42

повар _____ Грибова И.Г.