

Утверждаю

заведующий

МДОУН№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

**МЕНЮ**  
**24 апреля 2025 г.**

**Сад 9 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                     | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                        |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ<br>ЖИДКАЯ         | 200    | 4,17              | 4,39    | 20,72            | 138,54                                   | 0,35                  |
| 2008                          | 13                  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)                       | 4      | 0,04              | 3,14    | 0,06             | 28,68                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 33     | 2,54              | 0,21    | 16,73            | 78,94                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК                       | 180    | 2,59              | 2,76    | 11,15            | 79,83                                    | 0,46                  |
| Итого                         |                     |                                        | 417    | 9,34              | 10,50   | 48,66            | 325,99                                   | 0,81                  |
| II Завтрак                    |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С<br>ВИТАМИНОМ "С"    | 180    | 0,34              | 0,02    | 12,66            | 52,41                                    | 0,11                  |
| Итого                         |                     |                                        | 180    | 0,34              | 0,02    | 12,66            | 52,41                                    | 0,11                  |
| Обед                          |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 92                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И<br>СМЕТАНОЙ | 250    | 3,94              | 4,20    | 20,68            | 136,65                                   | 10,12                 |
|                               |                     | ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ                  | 120/50 | 18,06             | 13,37   | 17,55            | 262,39                                   | 0,45                  |
| 2008                          | 56                  | ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ                        | 34     | 0,45              | 2,30    | 3,28             | 35,53                                    | 1,24                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                         | 33     | 2,54              | 0,21    | 16,73            | 78,94                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ    | 40     | 2,65              | 0,35    | 16,96            | 81,58                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 430                 | ЧАЙ С САХАРОМ                          | 180    | 0,19              | 0,10    | 14,60            | 58,38                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                        | 707    | 27,83             | 20,53   | 89,80            | 653,47                                   | 11,81                 |
| Полдник                       |                     |                                        |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 479                 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                    | 90     | 8,67              | 4,29    | 17,93            | 145,14                                   | 0,10                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ                          | 180    | 0,00              | 0,00    | 6,45             | 25,81                                    | 0,03                  |
| Итого                         |                     |                                        | 270    | 8,67              | 4,29    | 24,38            | 170,95                                   | 0,13                  |
| Всего                         |                     |                                        |        | 46,18             | 35,34   | 175,50           | 1 202,82                                 | 12,86                 |

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.