

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

## МЕНЮ

26 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,31	8,50	23,81	196,39	0,58
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45	3,43	0,28	22,58	106,57	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	181	4,24	4,43	16,06	121,14	0,72
<b>Итого</b>			<b>432</b>	<b>14,05</b>	<b>19,02</b>	<b>62,52</b>	<b>476,60</b>	<b>1,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК И СЛИВ	200	0,00	0,00	21,30	85,15	0,00
<b>Итого</b>			<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>21,30</b>	<b>85,15</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,78	6,22	21,67	166,13	8,14
2008	313	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ ФИЛЕ ПТИЦЫ С СОУСОМ КРАСНЫМ ОСНОВНЫМ	65/50	12,79	10,90	21,76	236,44	0,24
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	125	2,54	10,56	12,25	154,89	12,60
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,95	35,80	0,01
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>23,10</b>	<b>27,94</b>	<b>77,35</b>	<b>654,45</b>	<b>20,99</b>
<b>Полдник</b>								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛО	90	17,74	11,26	23,36	265,86	0,20
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,95	35,80	0,01
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>17,74</b>	<b>11,26</b>	<b>32,31</b>	<b>301,66</b>	<b>0,21</b>
<b>Всего</b>				<b>54,89</b>	<b>58,22</b>	<b>193,48</b>	<b>1 517,86</b>	<b>22,50</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.