

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

27 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,82	7,42	26,42	195,09	0,58
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	31	2,38	0,19	15,68	74,01	0,00
2008	14	масло сдивочное	7	0,07	4,93	0,10	44,95	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,25	4,28	17,74	126,34	0,72
Итого			418	12,52	16,82	59,94	440,39	1,30
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	20,09	80,31	0,00
Итого			180	0,00	0,00	20,09	80,31	0,00
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,45	5,32	15,04	134,52	15,69
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	70	11,75	6,07	10,27	142,98	0,13
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,20	4,14	28,88	170,34	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,38	0,19	15,68	74,01	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00
Итого			712	28,09	16,16	105,11	679,95	15,82
Полдник								
		Снежок	124	3,71	3,09	13,61	97,76	0,00
Итого			124	3,71	3,09	13,61	97,76	0,00
Всего				44,32	36,07	198,75	1 298,41	17,12

повар _____ Грибова И.Г.