

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

27 марта 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 С МАСЛОМ	200	6,48	7,88	22,13	184,72	0,81
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,40	0,11	9,20	43,42	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,11	0,08	37,52	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	0,81	1,10	14,88	72,52	0,05
Итого			404	8,75	13,20	46,29	338,18	0,86
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,34	0,08	18,28	75,72	0,00
Итого			180	0,34	0,08	18,28	75,72	0,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	250	6,88	3,73	20,85	144,85	10,26
		ЁЖИКИ МЯСНЫЕ С СОУСОМ	80/50	11,75	9,82	22,82	226,18	1,48
2008	56	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	43	0,58	3,45	4,19	50,00	1,74
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	18	1,40	0,11	9,20	43,42	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,10	14,60	58,38	0,00
Итого			651	22,79	17,47	84,38	584,02	13,48
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	5,32	4,54	30,56	184,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,30	25,17	0,02
Итого			250	5,32	4,54	36,86	209,75	0,02
Всего				37,20	35,29	185,81	1 207,67	14,36

повар _____ Грибова И.Г.