

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

28 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	190	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" С МАСЛОМ	200	5,38	7,23	25,90	187,57	0,54
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,77	0,22	18,19	85,85	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	0,73	1,24	18,80	89,13	0,06
Итого			423	8,95	14,50	62,96	415,05	0,60
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,63	0,04	20,71	86,18	0,20
Итого			180	0,63	0,04	20,71	86,18	0,20
Обед								
2008	92	СУП С МАКОРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С МЯСОМ	250	4,92	3,86	10,80	97,88	0,44
2010	68	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ПТИЦЫ	70/30	12,90	28,65	8,30	342,68	2,69
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	36	2,77	0,22	18,19	85,85	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,82	0,24	11,66	56,09	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			724	29,81	38,97	92,23	839,20	3,13
Полдник								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	8,08	13,23	1,41	156,94	0,11
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			260	8,08	13,23	11,09	195,64	0,11
Всего				47,47	66,74	186,99	1 536,07	4,04

повар _____ Грибова И.Г.