

Утверждаю

заведующий
МДОУН№10 "КАЛИНКА"
_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ
29 апреля 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								
		КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,50	7,48	24,41	187,38	0,65
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,12	0,17	13,92	65,72	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	4,89	0,09	44,69	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,01
Итого			415	7,69	12,54	46,16	328,75	0,66
II Завтрак								
2008	396	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	180	0,16	0,16	22,08	91,40	1,65
Итого			180	0,16	0,16	22,08	91,40	1,65
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ И МЯСОМ	250	8,48	9,60	24,00	216,81	7,82
2012	255	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	80	11,34	4,39	9,99	124,73	0,29
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,41	3,82	35,60	188,94	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	28	2,12	0,17	13,92	65,72	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	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,01
Итого			718	28,66	18,42	112,45	729,14	8,12
Полдник								
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	135	16,96	12,17	31,04	298,34	5,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			315	17,16	12,27	46,04	358,34	5,00
Всего				53,67	43,39	226,73	1 507,63	15,43

повар _____ Грибова И.Г.