

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

29 мая 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	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,78	6,40	20,47	157,74	0,43
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,08	0,10	46,34	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,78	3,86	14,02	106,18	0,61
Итого			417	10,92	15,53	49,64	381,31	1,04
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	7,93	31,74	0,00
Итого			180	0,00	0,00	7,93	31,74	0,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	250	3,14	4,04	19,83	128,53	9,71
2010	64	«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ	100/100	11,31	7,77	19,05	190,86	2,36
2010	5	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	100	1,04	6,87	7,09	94,36	2,90
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,93	31,74	0,01
Итого			800	20,43	19,22	85,91	598,12	14,98
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	7,48	6,09	41,83	252,30	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,93	31,74	0,01
Итого			250	7,48	6,09	49,76	284,04	0,01
Всего				38,83	40,84	193,24	1 295,21	16,03

повар _____ Грибова И.Г.