

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 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								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,36	5,27	24,48	162,05	0,28
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,15	0,26	20,70	97,69	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	3,44	0,07	31,45	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,33	2,22	13,26	82,22	0,37
Итого			426	9,89	11,19	58,51	373,41	0,65
II Завтрак								
2012	398	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,42	0,17	13,84	66,37	50,00
Итого			180	0,42	0,17	13,84	66,37	50,00
Обед								
2008	105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250	4,39	5,56	15,36	129,27	7,70
2012	137	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	155	9,53	15,61	13,18	231,97	10,05
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	41	3,15	0,26	20,70	97,69	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	7,98	31,93	0,00
Итого			676	20,38	21,87	78,42	592,84	17,75
Полдник								
2008		ВАФЛИ ОБОГАЩЕННЫЕ	38	1,05	1,24	28,99	132,75	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,98	31,93	0,00
Итого			218	1,05	1,24	36,97	164,68	0,00
Всего				31,74	34,47	187,74	1 197,30	68,40

повар _____ Грибова И.Г.