

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

26 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	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,86	6,37	22,31	165,55	0,47
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,06	4,64	0,09	42,37	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	3,21	3,42	12,76	94,67	0,57
Итого			417	10,42	14,62	50,21	373,64	1,04
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,29	0,07	19,13	78,78	0,00
Итого			180	0,29	0,07	19,13	78,78	0,00
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	5,82	4,89	16,03	132,12	16,14
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	60	15,17	6,36	10,27	159,31	0,18
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,29	3,83	29,52	170,49	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			692	30,42	15,72	102,83	674,55	16,32
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	86	16,03	11,70	10,05	209,65	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,74	30,97	0,02
Итого			266	16,03	11,70	17,79	240,62	0,02
Всего				57,16	42,11	189,96	1 367,59	17,38

повар _____ Грибова И.Г.