

Утверждаю

заведующий

МДОУ №10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

27 мая 2025 г.

Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
		КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,78	8,84	27,61	217,55	0,87
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,08	0,10	46,34	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,85	39,35	0,01
Итого			417	8,12	14,02	45,92	342,71	0,88
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	28,21	112,82	0,00
Итого			180	0,00	0,00	28,21	112,82	0,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ И МЯСОМ	250	8,73	3,64	23,67	162,76	7,85
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	12,48	7,18	5,20	135,32	1,16
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,41	3,88	35,60	189,46	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,27	0,10	8,36	39,47	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	9,85	39,35	0,01
Итого			740	29,20	15,24	103,88	668,34	9,02
Полдник								
2008	435	СНЕЖОК	80	2,47	2,06	9,07	65,17	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	17	1,27	0,10	8,36	39,47	0,00
Итого			97	3,74	2,16	17,43	104,64	0,00
Всего				41,06	31,42	195,44	1 228,51	9,90

повар _____ Грибова И.Г.