

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

\_\_\_\_\_ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

## МЕНЮ

28 августа 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,14	6,39	20,58	155,83	0,37
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	5,56	0,11	50,76	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	3,03	2,96	15,72	101,58	0,50
<b>Итого</b>			<b>418</b>	<b>9,54</b>	<b>15,10</b>	<b>51,46</b>	<b>379,22</b>	<b>0,87</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	147	0,59	0,59	14,38	68,96	14,67
<b>Итого</b>			<b>147</b>	<b>0,59</b>	<b>0,59</b>	<b>14,38</b>	<b>68,96</b>	<b>14,67</b>
<b>Обед</b>								
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ И СМЕТАНОЙ	250	3,25	4,86	18,54	131,26	9,12
2010	64	«ЁЖИКИ» МЯСНЫЕ	100/100	12,94	8,48	21,19	212,34	1,34
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		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	12,91	51,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>660</b>	<b>18,48</b>	<b>13,53</b>	<b>67,69</b>	<b>466,25</b>	<b>10,46</b>
<b>Полдник</b>								
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	40	1,12	1,32	30,92	141,60	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,03	36,13	0,03
<b>Итого</b>			<b>220</b>	<b>1,12</b>	<b>1,32</b>	<b>39,95</b>	<b>177,73</b>	<b>0,03</b>
<b>Всего</b>				<b>29,73</b>	<b>30,54</b>	<b>173,48</b>	<b>1 092,16</b>	<b>26,03</b>

повар \_\_\_\_\_ Грибова И.Г.