

Утверждаю

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

МЕНЮ
1 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		
Завтрак								
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ	205	4,28	5,98	16,99	138,35	0,22
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,35	0,08	39,72	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,68	1,78	13,27	75,81	0,30
Итого			421	8,31	12,30	45,39	324,93	0,52
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	179	0,00	0,00	26,56	106,22	0,00
Итого			179	0,00	0,00	26,56	106,22	0,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	11,46	0,90	14,99	114,35	7,54
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	41/40	9,12	1,78	7,58	82,80	6,68
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,20	3,60	28,87	165,52	0,00
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
Итого			671	27,07	6,47	81,01	491,77	14,22
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			210	0,84	0,99	32,87	144,90	0,00
Всего				36,22	19,76	185,83	1 067,82	14,74

повар _____ Грибова И.Г.