

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 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	417	КАША ПШЕННАЯ	205	4,79	6,38	27,03	179,64	0,22
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	5,80	0,11	52,96	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,68	1,78	12,79	73,88	0,30
Итого			433	9,60	14,21	60,00	401,21	0,52
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	87	0,35	0,35	8,54	40,94	8,71
Итого			87	0,35	0,35	8,54	40,94	8,71
Обед								
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,27	6,92	16,01	152,13	16,20
2012	254	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ	57	13,80	8,13	10,27	169,70	0,16
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	131	4,21	4,66	28,89	175,15	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	179	0,00	0,00	27,05	108,16	0,00
Итого			657	27,33	19,96	102,29	699,87	16,36
Полдник								
2008		ВАФЛИ	10	0,28	0,33	7,73	35,40	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,17	40,64	0,00
Итого			190	0,28	0,33	17,90	76,04	0,00
Всего				37,56	34,85	188,73	1 218,06	25,59

повар _____ Грибова И.Г.