

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 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								
		КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,99	7,61	25,73	191,85	0,52
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,08	5,80	0,11	52,96	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,17	40,64	0,00
Итого			423	7,74	13,63	53,57	368,34	0,52
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	0,00	0,00	23,00	92,00	4,00
Итого			200	0,00	0,00	23,00	92,00	4,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ И МЯСОМ	250	9,49	7,90	25,88	213,09	8,18
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	66/50	16,80	19,55	36,42	389,29	1,39
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	131	3,42	4,70	35,61	196,96	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,67	0,22	17,56	82,89	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	10,17	40,64	0,00
Итого			712	32,38	32,37	125,64	922,87	9,57
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
2008		ВАФЛИ	7	0,20	0,23	5,41	24,78	0,00
Итого			187	0,20	0,23	19,93	82,83	0,00
Всего				40,32	46,23	222,14	1 466,04	14,09

повар _____ Грибова И.Г.