

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

6 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	93	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	3,36	2,95	16,20	105,07	0,26
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,78	0,14	11,71	55,26	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,06	4,35	0,08	39,72	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,43	1,52	8,36	52,83	0,26
Итого			409	6,63	8,96	36,35	252,88	0,52
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,50	0,03	16,57	68,94	0,16
Итого			180	0,50	0,03	16,57	68,94	0,16
Обед								
2008	105	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ТУШЁНКОЙ	250	5,70	6,12	15,95	142,06	7,89
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	68	11,16	6,69	4,86	124,37	0,17
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,40	6,00	33,60	218,00	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	23	1,78	0,14	11,71	55,26	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	5,49	21,93	0,00
Итого			651	26,04	18,95	71,61	561,62	8,06
Полдник								
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	5,49	21,93	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	39	2,03	3,10	14,51	94,05	0,00
Итого			219	2,03	3,10	20,00	115,98	0,00
Всего				35,20	31,04	144,53	999,42	8,74

повар _____ Грибова И.Г.