

Утверждаю

заведующий

МДОУН№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

8 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	5,35	7,82	16,62	157,82	0,52
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	60	4,58	0,37	30,11	142,09	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	4,71	0,09	43,03	0,00
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			451	10,00	12,90	46,82	342,94	0,52
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	91	0,00	0,00	10,47	41,86	1,82
Итого			91	0,00	0,00	10,47	41,86	1,82
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ	250	5,80	4,16	15,61	123,27	7,79
2010	84	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	99	0,15	1,78	5,29	37,73	1,51
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	134	11,02	8,57	10,49	163,94	8,85
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	109	0,90	0,18	17,79	77,21	3,58
Итого			592	17,87	14,69	49,18	402,15	21,73
Полдник								
2012	162	СВЕКЛА, ФАРШИРОВАННАЯ ОВОЩАМИ ПОД СОУСОМ	81	1,15	6,57	6,85	91,25	4,36
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	18,39	73,54	0,00
Итого			261	1,15	6,57	25,24	164,79	4,36
Всего				29,02	34,16	131,71	951,74	28,43

повар _____ Грибова И.Г.