

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

11 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								
2008	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,16	5,76	26,50	173,57	0,30
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	19	1,45	0,12	9,53	45,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,38	2,37	14,46	88,90	0,36
Итого			405	9,06	14,06	50,56	359,97	0,66
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,00	0,00	11,50	46,00	2,00
Итого			100	0,00	0,00	11,50	46,00	2,00
Обед								
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,58	5,74	26,48	185,03	18,06
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	88	14,93	7,02	15,92	186,97	0,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	156	3,55	4,26	25,50	154,68	12,59
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	40,65	0,02
Итого			674	25,06	17,02	78,07	567,33	30,87
Полдник								
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	44	0,69	1,98	3,74	35,94	7,13
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,90	0,24	19,07	89,99	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	15,98	63,88	0,08
Итого			262	3,59	2,22	38,79	189,81	7,21
Всего				37,71	33,30	178,92	1 163,11	40,74

повар _____ Грибова И.Г.