

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

12 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,51	6,53	22,07	169,30	0,58
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,26	4,29	18,24	128,41	0,72
Итого			416	12,13	16,82	55,43	421,26	1,30
II Завтрак								
2008		ФРУКТ	132	0,51	0,51	12,54	60,16	5,28
Итого			132	0,51	0,51	12,54	60,16	5,28
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,31	3,16	22,23	143,29	11,03
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	65/40	13,88	15,37	4,32	211,21	10,56
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,73	3,20	25,67	147,13	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,56	0,13	35,32	145,55	0,00
Итого			695	26,77	22,05	102,59	718,23	21,59
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	68	5,56	6,21	23,19	170,82	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,68	38,71	0,04
Итого			248	5,56	6,21	32,87	209,53	0,04
Всего				44,97	45,59	203,43	1 409,18	28,21

повар _____ Грибова И.Г.