

Утверждаю

заведующий

МДОУН№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ
13 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	5,00	7,25	20,36	166,11	0,39
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,31	0,19	15,22	71,83	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,91	3,00	11,71	85,66	0,48
Итого			417	10,29	16,25	47,36	376,10	0,87
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	15,37	61,50	0,00
Итого			180	0,00	0,00	15,37	61,50	0,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,03	5,54	21,46	159,66	7,01
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ КУРЫ	70	15,22	11,38	13,20	216,44	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,70	4,99	25,66	171,03	0,00
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	55	0,80	2,63	4,33	44,60	8,16
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	7,10	28,39	0,03
Итого			685	27,75	24,54	71,75	620,12	15,20
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	75	13,69	10,14	23,50	240,14	0,13
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,10	28,39	0,03
Итого			255	13,69	10,14	30,60	268,53	0,16
Всего				51,73	50,93	165,08	1 326,25	16,23

повар _____ Грибова И.Г.