

Утверждаю

заведующий

МДОУН№10 "КАЛИНКА"

_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ
14 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 РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	4,94	6,50	29,93	197,07	0,51
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	6	0,07	4,71	0,09	43,03	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,19	15,30	72,23	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	4,02	4,04	17,39	121,86	0,68
Итого			416	11,36	15,44	62,71	434,19	1,19
II Завтрак								
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	11,14	44,51	0,00
Итого			150	0,00	0,00	11,14	44,51	0,00
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ КУРЫ И СМЕТАНЫ	250	5,10	6,86	9,85	121,95	7,78
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	75	11,87	8,51	14,21	180,98	0,30
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	137	2,92	4,29	19,28	127,66	9,34
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,33	0,19	15,30	72,23	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	14,04	56,12	0,00
Итого			672	22,22	19,85	72,68	558,94	17,42
Полдник								
2008		кондитерские изделия		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	9,20	36,77	0,00
Итого			180	0,00	0,00	9,20	36,77	0,00
Всего				33,58	35,29	155,73	1 074,41	18,61

повар _____ Грибова И.Г.