

Утверждаю

заведующий
МДОУН№10 "КАЛИНКА"
_____/Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ
19 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								
		КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	6,76	7,55	26,94	203,20	0,87
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	4	0,04	2,90	0,06	26,48	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,07	32,25	0,01
Итого			404	8,33	10,57	45,11	309,29	0,88
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	24,95	99,77	0,00
Итого			180	0,00	0,00	24,95	99,77	0,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩЕНЫМ И МЯСОМ	250	7,17	3,95	20,36	146,36	7,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/50	10,28	7,33	6,43	132,72	1,22
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	130	3,40	2,60	35,57	177,71	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
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	8,07	32,25	0,01
Итого			680	22,38	14,00	80,47	536,40	8,23
Полдник								
2008		ВАФЛИ	33	0,93	1,10	25,77	118,00	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	12,26	49,03	0,04
Итого			213	0,93	1,10	38,03	167,03	0,04
Всего				31,64	25,67	188,56	1 112,49	9,15

повар _____ Грибова И.Г.