

Утверждаю

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

МЕНЮ
27 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	5,01	7,95	21,02	175,11	0,39
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	32	2,44	0,20	16,06	75,78	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,91	3,00	13,97	94,69	0,48
Итого			420	10,43	16,96	51,12	398,08	0,87
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	19,97	79,85	0,00
Итого			180	0,00	0,00	19,97	79,85	0,00
Обед								
2008	90	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	250	6,15	5,90	21,01	161,85	7,85
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	79	13,10	8,94	13,93	188,70	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	5,31	5,60	23,85	167,53	0,00
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,70	2,95	4,40	47,34	7,20
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	8,71	34,83	0,01
Итого			689	25,26	23,39	71,90	600,25	15,06
Полдник								
2008	219	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛО	70	14,03	10,81	27,40	263,22	0,13
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,01
Итого			250	14,03	10,81	36,11	298,05	0,14
Всего				49,72	51,16	179,10	1 376,23	16,07

повар _____ Грибова И.Г.