

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

21 августа 2025 г.

Сад 9 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	4,26	5,75	20,05	148,19	0,32
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	0,07	5,08	0,10	46,34	0,00
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,91	2,96	13,37	91,86	0,46
Итого			417	9,53	13,98	48,57	357,44	0,78
II Завтрак								
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА И КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,22	0,05	18,49	75,64	0,00
Итого			180	0,22	0,05	18,49	75,64	0,00
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	250	4,64	5,19	20,42	147,24	10,02
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	12,31	16,18	14,41	252,61	7,40
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	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,23	32,91	0,02
Итого			610	19,24	21,56	58,11	503,81	17,44
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	7,07	5,72	42,91	251,48	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,23	32,91	0,02
Итого			250	7,07	5,72	51,14	284,39	0,02
Всего				36,06	41,31	176,31	1 221,28	18,24

повар _____ Грибова И.Г.