

Утверждаю

заведующий

МДОУ№10 "КАЛИНКА"

_____ /Алиева Эльвира Тенгиз кзы/

МЕНЮ

26 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	200	4,80	6,36	21,58	162,96	0,39
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	8	0,07	5,81	0,07	52,50	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,94	2,85	13,63	91,91	0,48
Итого			418	10,10	15,21	50,33	378,42	0,87
II Завтрак								
2008	401	КОМПОТ ИЗ СЛИВЫ СУШЁНОЙ С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,37	0,12	24,78	103,31	0,20
Итого			180	0,37	0,12	24,78	103,31	0,20
Обед								
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ	250	6,33	2,65	20,92	133,39	10,46
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/40	10,48	10,80	5,99	163,12	8,08
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,05	4,17	27,81	165,80	0,00
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
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
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			680	23,35	17,91	84,77	593,36	18,54
Полдник								
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	6,60	5,44	37,45	225,50	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	7,42	29,68	0,03
Итого			260	6,60	5,44	44,87	255,18	0,03
Всего				40,42	38,68	204,75	1 330,27	19,64

повар _____ Грибова И.Г.