

Утверждаю



Заведующий
МДОУ детский сад № 10 "Радуга"
/Соловьева А.В./

МЕНЮ

6 мая 2025 г.

Сад 10 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,4	8,9	27,3	216	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		8,1	32	0
2018	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	40	3	1,1	21,3	109	0
Итого			405	9,6	14,2	56,8	395	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	140	0,7	0,1	15	60	2,9
Итого			140	0,7	0,1	15	60	2,9
Обед								
2010	11	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ОВОЩНОЙ С МЯСОМ	200	5,8	8,2	13,7	151	7,1
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,1	4,6	35,4	207	0
2010		ГУЛЯШ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	11	7	10,9	151	8,2
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	16	67	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17,7	82	0
Итого			640	24,9	20,3	93,7	658	15,5
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	70	10	12,3	40,9	314	0,3
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	170	4,7	5,1	7,6	96	0,8
Итого			240	14,7	17,4	48,5	410	1,1
Всего				49,9	52	214	1523	20,2