

Утверждаю



Заведующий

МДОУ детский сад № 10 "Радуга"

(Соловьева А.В.)

МЕНЮ

7 апреля 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								
2010	31	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,7	8,3	26,1	203	0,7
2008	411	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150			2,2	9	6,1
2018	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
		хлеб пшеничный йодированный	45	3,4	1,2	23,7	121	0
Итого			380	9,2	13,7	52,1	371	6,8
II Завтрак								
		ФРУКТ	100	0,8	0,2	7,3	37	37,1
Итого			100	0,8	0,2	7,3	37	37,1
Обед								
2010	6	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	200	4,8	6,5	14,5	137	12
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С МЯСОМ	150	10,1	10,5	33,2	258	0,6
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,3		0,9	5	3,7
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		8,2	33	0
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	43	2,7	0,5	18,6	86	0
Итого			603	18,1	17,5	75,4	519	16,3
Полдник								
		хлеб пшеничный йодированный	45	3,4	1,2	23,7	121	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	30	5,7	7,3		90	0,7
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,2	4,4	14	113	0,7
Итого			255	13,3	12,9	37,7	324	1,4
Всего				41,4	44,3	172,5	1251	61,6