

Утверждаю



Заведующий

МДОУ детский сад № 10 "Радуга"

/Соловьева А.В./

МЕНЮ

8 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	34	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	6,6	9,6	26,1	217	0,7
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		8,1	33	0
2018	1	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5		4,1		37	0
	кк	хлеб пшеничный йодированный	45	3,6	1,3	25	128	0
Итого			410	10,4	15	59,2	415	0,7
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	140	0,7	0,1	14,7	59	2,8
Итого			140	0,7	0,1	14,7	59	2,8
Обед								
2010	10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ с курой	200	12,5	10	20	220	5,6
2010	70	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	15,1	16,2	35,7	341	1,4
2008	399	КОМПОТ. ИЗ МАНДАРИНОВ И КУРАГИ	180	0,6		13,4	56	1,8
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,9	0,5	19,6	91	0
Итого			575	31,1	26,7	88,7	708	8,8
Полдник								
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	70	10,1	12,4	41,4	316	0,3
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	160	4,5	4,9	7,3	93	0,8
Итого			230	14,6	17,3	48,7	409	1,1
Всего				56,8	59,1	211,3	1591	13,4