

Утверждаю

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

МЕНЮ

10 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								
2018	23	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	6,3	7,3	29	209	0,8
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2		7,1	29	0
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			410	10	12,7	59,9	397	0,8
II Завтрак								
		Конфета	20	0,5		15,8	65	0
Итого			20	0,5		15,8	65	0
Обед								
2018	21	СУП РИСОВЫЙ С МЯСОМ	200	4,3	8	16,9	153	0,8
2010	83	РАГУ ОВОЩНОЕ С МЯСОМ	150	7,1	9	16,7	177	23,8
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180			6,2	25	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,5	18,6	86	0
Итого			570	14,1	17,5	58,4	441	24,8
Полдник								
2012	458	ВАТРУШКИ С ТВОРОГОМ	70	14,4	14,5	47,8	381	0,4
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,1	4,4	13,9	112	0,7
Итого			250	18,5	18,9	61,7	493	1,1
Всего				43,1	49,1	195,8	1396	26,7