

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 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								
2010	46	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	20,6	12,9	19,9	282	0,3
2010	85	СОУС СМЕТАННЫЙ	40	1,2	4,1	11,9	89	0
2010	96	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,7	31	0
		хлеб пшеничный йодированный	38	2,9	1	20,1	103	0
Итого			368	24,8	18	59,6	505	0,3
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150			2,2	9	6,2
Итого			150			2,2	9	6,2
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ С МЯСОМ	200	7,7	10,6	26,6	230	6
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	150	6,6	8,9	8,9	142	29,7
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180			6,3	25	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	37	2,4	0,4	16,2	75	0
Итого			567	16,7	19,9	58	472	35,9
Полдник								
2008	471	БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА"	70	7,7	10,2	49,9	322	0,3
2010	102	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	180	5	5,5	8,1	104	0,9
Итого			250	12,7	15,7	58	426	1,2
Всего				54,2	53,6	177,8	1412	43,6