

Утверждаю

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

МЕНЮ

18 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	38	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА"	180	6,2	8,6	31,7	226	0,7
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1		7,5	30	0
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ЙОДИРОВАННЫЙ	42	3,3	1,2	22,8	116	0
Итого			402	9,6	9,8	62	372	0,7
II Завтрак								
2008	411	КИСЕЛЬ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	150			2,3	9	6,4
Итого			150			2,3	9	6,4
Обед								
	к/к	СУП МОЛОЧНЫЙ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ	200	9,5	11,5	15,8	206	5,6
2010	75	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,1	4,6	35,3	206	0
2010	59	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	60	10	14,5	9	202	0,4
2010	91	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,4	0,1	15,1	64	0,2
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,8	0,5	18,7	86	0
Итого			630	27,8	31,2	93,9	764	6,2
Полдник								
2008		ВАФЛИ	30	0,8	1	23,2	106	0
2008	435	СНЕЖОК	160	4,4	4,1	17,7	129	1,5
Итого			190	5,2	5,1	40,9	235	1,5
Всего				42,6	46,1	199,1	1380	14,8