

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

17 января 2025 г.

Сад 12 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								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,15	5,28	21,38	146,16	10,39
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	50	7,10	7,10	1,60	99,00	2,00
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,00	0,00	16,10	64,36	0,00
Итого			455	13,30	17,69	59,69	451,82	12,39
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО	100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Итого			100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,96	2,24	15,68	95,20	6,40
2008	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	200	22,92	22,79	33,59	431,84	1,33
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	0,49	2,13	2,89	33,01	3,36
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,60	0,10	23,33	93,32	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
Итого			700	30,95	27,78	100,93	775,75	11,09
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			250	6,10	5,30	10,10	113,00	3,00
Ужин								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,58	9,67	24,38	210,23	1,29
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	16,70	67,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
Итого			450	10,10	10,21	62,28	379,21	1,29
Всего				60,79	61,32	241,36	1 759,90	31,29

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

_____/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

17 января 2025 г.

Ясли 12 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								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,51	4,04	17,10	115,16	8,31
2008	60	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ	40	5,79	5,79	1,31	80,78	1,63
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,00	0,00	15,49	61,92	0,00
Итого			382	10,60	14,85	49,37	373,96	9,94
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО	100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Итого			100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Обед								
2008	98	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	2,22	1,68	11,76	71,40	4,80
2008	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	150	19,49	19,38	28,56	367,14	1,13
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	0,39	2,05	2,26	29,35	2,63
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,45	0,08	17,50	70,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,06	0,14	6,78	32,63	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,06	0,14	6,78	32,63	0,00
Итого			540	24,67	23,47	73,64	603,15	8,56
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Итого			200	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
Ужин								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	5,92	8,71	21,94	189,20	1,16
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			400	8,76	9,17	53,90	330,78	1,16
Всего				49,43	52,20	193,65	1 442,29	24,12