



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10
/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

18 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	160/20	19,4	13,2	24,6	298	0,51
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
Итого			395	22	18,4	54,7	473	0,51
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	40	1,2	0,1	2,5	16	1,6
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,4	3,5	8,9	74	6,1
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	2,9	3,7	30,2	165	0
2012	286	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	70	9,4	11,2	8,5	174	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	21	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	2,7	0,4	17,5	84	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
Итого			620	19,1	19,1	95	628	8,3
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	25	1,5	1,2	18,9	92	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	3	14,7	102	0,6
Итого			205	5,1	4,2	33,6	194	0,6
Ужин								
2012	413	СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ	180	4,3	5,5	11,9	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,7	0,5	23,4	113	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			400	9,5	6,3	58,8	338	0
Всего				55,7	48	242,1	1633	9,41



Утверждаю

заведующий
МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10
Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

18 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	21,7	15,1	27,2	336	0,53
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
Итого			445	25	20,6	64,6	546	0,53
Обед								
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	1,5	4	10	83	6,6
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬ КОНСЕРВЫ	60	1,8	0,1	3,8	23	2,4
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,6	4,6	37,7	206	0
2012	286	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	80	10,6	13,2	9,5	199	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,5	0,1	23,3	93	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	5,5	0,7	35,1	169	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			750	25,5	23	132,1	834	9,6
Полдник								
2008		ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183	0
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,5	141	0,5
Итого			250	6,8	5,4	62	324	0,5
Ужин								
2012	413	СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ	200	5,2	6,6	13,2	125	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	4,6	0,6	29,2	141	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			450	11,7	7,5	69,7	384	0
Всего				69	56,5	328,4	2088	10,63