

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

# МЕНЮ

26 марта 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ	140	14	9,3	22	228	0
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	40	0,8	2,1	5,3	43	0
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	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>395</b>	<b>17,4</b>	<b>16,6</b>	<b>57,8</b>	<b>448</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3		0,7	5	2
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,1	2	14,5	85	4,8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	20,3	15,5	31,4	347	12,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	21	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>25,2</b>	<b>17,8</b>	<b>80,4</b>	<b>583</b>	<b>19,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,1	14,7	102	0,6
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	25					0
<b>Итого</b>			<b>205</b>	<b>3,7</b>	<b>3,1</b>	<b>14,7</b>	<b>102</b>	<b>0,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	4	7,3	14,2	139	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>6,8</b>	<b>7,8</b>	<b>46,2</b>	<b>281</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>53,6</b>	<b>45,4</b>	<b>209</b>	<b>1457</b>	<b>22,4</b>

Утверждаю

заведующий

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

# МЕНЮ

26 марта 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	225	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ	150	15	10	23,5	244	0
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,2	0,8	8,3	45	0,2
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
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>19,5</b>	<b>16,3</b>	<b>69,2</b>	<b>499</b>	<b>0,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,5	0,1	1	8	3
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,3	2,2	16,2	95	5,3
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	23,9	18,3	37	408	14,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	23,3	93	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>33,2</b>	<b>21,5</b>	<b>115,7</b>	<b>788</b>	<b>23</b>
<b>Полдник</b>								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,1	3,4	16,4	113	0,6
		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50					0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>4,1</b>	<b>3,4</b>	<b>16,4</b>	<b>113</b>	<b>0,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,9	9,9	29,8	241	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>11,5</b>	<b>10,4</b>	<b>67,7</b>	<b>410</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>68,8</b>	<b>51,7</b>	<b>278,9</b>	<b>1853</b>	<b>26,5</b>