



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

7 февраля 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,58	5,51	13,46	118,04	0,52
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,09	1,38	0,00	16,98	0,01
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,61	2,25	22,32	120,60	0,90
Итого			400	9,62	14,17	50,85	370,72	1,43
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Итого			100	0,40	0,40	9,81	47,06	10,01
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,47	3,60	39,00	1,69
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,91	5,28	15,05	115,76	4,85
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	14,07	6,50	7,31	157,64	9,18
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,13	4,19	19,93	130,31	9,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	21,00	84,00	0,00
Итого			610	22,62	18,73	85,80	616,51	25,24
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ /ТВОРОГОМ	65	6,27	10,01	49,46	312,63	0,14
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
Итого			252	6,27	10,01	56,73	341,66	0,14
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	180	3,33	2,78	23,93	134,05	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			407	6,38	3,18	57,45	282,20	0,00
Всего				45,29	46,49	260,64	1 658,15	36,82

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

7 февраля 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								
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	4,69	7,29	17,84	156,28	0,68
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,13	1,43	0,00	17,59	0,01
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,50	24,80	134,00	1,00
Итого			440	11,08	16,27	57,72	423,07	1,69
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,02	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,02	10,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,63	1,98	3,72	35,16	1,74
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,44	8,21	19,19	160,86	6,03
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	15,16	8,11	9,26	185,47	9,89
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,39	5,27	21,99	149,51	10,56
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	23,33	93,32	0,00
Итого			750	25,99	24,00	106,04	759,84	28,22
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ /ТВОРОГОМ	65	5,94	9,25	52,39	316,64	0,15
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			275	5,94	9,25	62,07	355,34	0,15
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	200	3,89	4,11	28,64	167,11	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,20	0,10	16,70	67,00	0,00
Итого			450	5,41	4,39	53,82	274,90	0,00
Всего				48,82	54,31	289,45	1 860,17	40,06