



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

31 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								
2008	60	СЕЛЬДЬ ФИЛЕ	50	0,12	1,69	0,69	18,43	0,84
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,13	3,86	19,93	127,26	9,52
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
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/7/5	0,03	0,00	6,54	26,79	0,48
Итого			407	5,64	10,60	42,24	287,68	10,84
II Завтрак								
	TK №010	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	40	0,35	1,67	1,16	21,66	0,94
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	1,98	6,93	13,93	126,06	4,66
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	13,57	17,19	26,68	315,60	1,53
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	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	21,00	84,00	0,00
Итого			610	19,29	26,18	81,29	635,47	7,13
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,18	1,82	10,08	65,89	0,40
Итого			200	2,18	1,82	10,08	65,89	0,40
Ужин								
2008		КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА	180	3,73	6,62	14,85	134,44	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,14	0,09	7,53	35,52	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			397	6,06	6,94	43,74	260,55	0,52
Всего				33,17	45,54	177,35	1 249,59	18,89

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

31 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								
2008	60	СЕЛЬДЬ ФИЛЕ	60	0,14	2,04	0,83	22,30	1,01
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,39	5,27	21,99	149,45	10,56
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
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,33	0,11	16,90	68,92	3,33
Итого			452	6,22	12,47	54,80	355,87	14,90
II Завтрак								
	ТК №010	СОК ФРУКТОВЫЙ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0,54	2,51	1,65	32,51	1,42
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,43	7,54	18,14	150,43	5,78
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	15,92	20,42	30,83	371,01	2,04
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,60	0,10	23,30	93,00	0,00
Итого			740	25,85	31,26	115,19	843,66	9,24
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,33	1,94	13,56	81,56	0,44
Итого			250	2,33	1,94	13,56	81,56	0,44
Ужин								
2008		КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА	200	5,82	6,81	27,65	196,02	0,68
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,57	59,32	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			455	9,05	7,15	58,38	334,83	0,68
Всего				43,45	52,82	241,93	1 615,92	25,26