



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР - детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

9 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	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,92	8,71	21,95	189,34	1,16
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	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,10	13,50	54,01	0,00
Итого			395	8,40	13,83	50,92	359,45	1,16
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,59	3,02	11,23	82,81	0,72
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МАНКОЙ	155	19,74	19,56	33,90	393,61	0,46
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	40	0,76	1,53	3,74	31,72	0,01
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	21,00	84,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			615	27,60	24,73	95,31	714,51	1,19
Полдник								
2008	435	КИСЛО-МОЛОЧЫЙ НАПИТОК	180	5,94	0,20	7,92	61,38	1,98
2008		ПРЯНИК	25	1,48	1,18	18,75	91,50	0,00
Итого			205	7,42	1,38	26,67	152,88	1,98
Ужин								
2008	181	.КАША ПШЕНИЧНАЯ	110	4,82	3,98	28,18	167,55	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	30	0,88	0,06	1,84	11,34	1,17
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,10	13,50	54,01	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	13,48	8,99	60,75	375,77	1,17
Всего				56,90	48,93	233,65	1 602,61	5,50



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

9 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	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,58	9,68	24,40	210,43	1,29
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	16,70	67,00	0,00
Итого			455	10,58	15,38	66,85	445,93	1,29
Обед								
2008	105	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,88	3,36	12,48	92,02	0,80
2012	236	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МАНКОЙ	160	20,73	18,81	33,53	390,30	0,50
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	50	0,71	1,87	3,04	31,94	0,02
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,60	0,10	23,30	93,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			700	30,88	24,93	110,51	790,82	1,32
Полдник								
2008	435	КИСЛО-МОЛОЧЫЙ НАПИТОК	200	6,67	0,22	8,89	68,88	2,22
2008		ПРЯНИК	50	2,95	2,35	37,50	183,00	0,00
Итого			250	9,62	2,57	46,39	251,88	2,22
Ужин								
2008	181	.КАША ПШЕНИЧНАЯ	120	5,26	4,34	30,75	182,84	0,00
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,90	4,43	0,27	60,57	0,00
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ	40	1,20	0,08	2,52	15,51	1,60
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	16,70	67,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,62	51,11	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,62	51,11	0,00
Итого			450	14,88	9,39	71,48	428,14	1,60
Всего				65,96	52,27	295,23	1 916,77	6,43