

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

20 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,02	5,70	14,72	126,81	0,52
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
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,09	1,38	0,00	16,98	0,01
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			407	7,47	12,13	36,25	284,79	0,53
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО	100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Итого			100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	1,66	3,57	31,60	1,68
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,96	6,81	13,69	124,13	4,65
2012	306	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	12,34	14,79	8,75	217,31	0,93
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,75	3,12	23,97	138,91	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			620	22,27	26,75	79,96	649,59	7,26
Полдник								
2008	435	КЕФИР	180	5,40	0,18	7,20	55,80	1,80
Итого			180	5,40	0,18	7,20	55,80	1,80
Ужин								
2008	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140	15,19	10,60	18,89	234,22	0,35
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	40	1,68	3,68	5,95	63,99	0,18
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	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/7/5	0,03	0,00	6,54	26,79	0,48
Итого			402	19,03	14,50	45,27	391,11	1,01
Всего				54,51	53,90	177,04	1 421,41	14,12

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

20 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	5,12	7,07	18,17	157,62	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	1,45	0,00	17,80	0,02
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,22	0,11	16,67	66,69	0,00
Итого			450	8,83	13,68	49,92	357,31	0,70
II Завтрак								
	ТК- №010	ЯБЛОКО	100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Итого			100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,63	1,98	3,72	35,16	1,74
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,58	8,21	17,89	156,24	6,03
2012	306	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	80	15,34	18,23	11,47	271,20	1,12
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	4,29	3,70	27,38	160,16	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			760	29,31	32,78	112,19	861,45	8,89
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
Итого			200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
Ужин								
2008	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	160	16,67	11,96	22,04	265,17	0,36
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	40	1,65	3,68	6,09	64,36	0,18
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,15	0,09	7,55	35,64	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,00	0,13	6,38	30,69	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,04	0,00	9,81	40,10	0,68
Итого			452	20,51	15,86	51,87	435,96	1,22
Всего				64,99	62,86	230,34	1 756,84	16,33