



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

21 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	3,29	4,08	11,67	96,94	0,46
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	3,20	1,25	20,81	107,58	0,00
2012		МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,02	3,81	0,04	34,52	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,16	1,48	0,00	18,29	0,02
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,00	0,00	4,46	17,86	0,00
Итого			407	7,67	10,62	36,98	275,19	0,48
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,27	0,27	6,70	32,13	6,84
Итого			100	0,27	0,27	6,70	32,13	6,84
Обед								
2008		ОГУРЕЦ	30	0,23	0,03	0,50	3,80	1,46
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,18	6,66	16,33	138,12	4,62
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	11,45	6,11	7,30	141,16	7,57
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,02	3,56	19,54	122,70	9,38
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,06	0,09	6,95	32,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,36	0,05	2,28	10,98	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	4,46	17,86	0,00
Итого			600	19,30	16,50	57,36	467,41	23,03
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	8,29	7,68	32,20	231,80	0,13
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/7/5	0,03	0,00	4,56	18,93	0,52
Итого			252	8,32	7,68	36,76	250,73	0,65
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	180	3,24	2,60	22,01	124,47	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,82	0,07	5,40	25,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,41	0,05	2,61	12,55	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,51	2,16	9,36	67,57	0,46
Итого			400	6,98	4,88	39,38	230,09	0,46
Всего				42,54	39,95	177,18	1 255,55	31,46

Утверждаю

заведующий

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

МЕНЮ

21 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	4,75	6,01	16,18	138,26	0,69
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	3,20	1,25	20,81	107,58	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,13	1,44	0,00	17,65	0,02
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200/10	0,00	0,00	6,36	25,42	0,00
Итого			450	9,13	12,85	43,40	326,41	0,71
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,27	0,27	6,70	32,13	6,84
Итого			100	0,27	0,27	6,70	32,13	6,84
Обед								
2008		ОГУРЕЦ	40	0,32	0,04	0,67	5,12	1,97
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	4,17	8,67	21,87	182,30	5,70
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	12,62	7,39	9,09	165,50	8,26
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,26	4,44	21,53	139,65	10,39
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,68	0,14	11,02	52,01	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,64	0,09	4,11	19,80	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,36	25,42	0,00
Итого			750	22,69	20,77	74,65	589,80	26,32
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	8,77	9,93	34,78	264,12	0,13
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,04	0,00	6,49	26,80	0,67
Итого			277	8,81	9,93	41,27	290,92	0,80
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	200	3,83	3,57	26,59	153,73	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,68	0,14	11,02	52,01	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,41	0,05	2,61	12,55	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,01	2,59	11,34	81,40	0,56
Итого			450	8,93	6,35	51,56	299,69	0,56
Всего				49,83	50,17	217,58	1 538,95	35,23