



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

4 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,21	5,03	17,22	131,58	0,4
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	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,20	2,67	11,27	82,86	0,52
Итого			395	9,77	12,75	43,57	329,64	0,99
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	8,30	40,00	12,00
Итого			100	0,40	0,40	8,30	40,00	12,00
Обед								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	1,25	6,13	9,43	97,93	4,65
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	10,54	13,32	18,25	235,23	9,41
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	0,54	0,09	21,00	84,00	0,00
Итого			590	15,94	19,91	72,21	529,00	14,06
Полдник								
2008	446	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	65/20	7,13	10,17	47,74	310,80	0,17
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/7/5	0,03	0,00	6,54	26,79	0,48
Итого			277	7,16	10,17	54,28	337,59	0,65
Ужин								
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,84	5,36	12,48	114,08	0,52
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
Итого			402	11,99	6,36	79,43	423,45	0,52
Всего				45,26	49,59	257,79	1 659,68	28,22



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

4 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,04	5,88	22,63	164,17	0,52
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,08	1,20	20,04	103,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,63	3,07	15,38	104,53	0,62
Итого			445	11,80	14,30	58,10	409,80	1,14
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								
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	1,54	7,36	11,72	119,52	5,78
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	11,72	15,26	20,87	268,15	10,85
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	0,60	0,10	23,30	93,00	0,00
Итого			690	20,33	23,38	97,94	680,66	16,63
Полдник								
2008	444	ОЛАДЫ С ПОВИДЛОМ	75/20	7,60	10,88	51,35	333,74	0,20
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,04	0,00	9,81	40,10	0,68
Итого			312	7,64	10,88	61,16	373,84	0,88
Ужин								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,89	6,67	16,46	146,27	0,68
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	200/10	0,20	0,10	16,70	67,00	0,00
Итого			450	7,94	7,07	51,68	301,42	0,68
Всего				48,05	55,97	277,24	1 805,84	22,85