



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

22 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА	180	5,32	7,46	28,92	204,66	0,46
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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,84	2,37	0,00	29,07	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	0,00
Итого			403	9,66	14,95	59,39	409,83	0,46
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1,34	3,74	6,41	65,21	8,88
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	5,50	8,05	35,02	234,72	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/20	13,40	9,60	5,90	163,00	13,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,54	0,09	21,00	84,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
Итого			600	24,09	21,92	89,53	648,91	21,88
Полдник								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,29	0,10	14,79	60,32	2,92
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			200	1,79	0,68	25,07	112,72	2,92
Ужин								
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,50	0,50	19,81	94,07	18,01
2008	60	СЕЛЬДЬ ФИЛЕ	50	4,55	7,35	1,64	91,23	2,01
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,20	0,10	15,00	60,00	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	9,89	8,31	53,41	326,88	20,02
Всего				45,43	45,86	227,40	1 498,34	45,28



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

22 марта 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008		КАША МОЛОЧНАЯ ДРУЖБА	200	5,92	8,15	32,02	225,79	0,51
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,00	1,16	20,56	104,80	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,30	2,97	0,00	36,33	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	16,70	67,00	0,00
Итого			455	11,47	16,53	69,33	471,42	0,51
Обед								
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	200	1,48	4,06	7,14	71,60	9,84
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	6,87	10,12	43,73	293,62	0,00
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/30	13,40	9,60	5,90	163,00	13,00
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			720	28,31	24,67	118,23	804,78	22,84
Полдник								
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,32	0,11	16,43	67,03	3,24
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,75	1,45	25,70	131,00	0,00
Итого			250	4,07	1,56	42,13	198,03	3,24
Ужин								
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	140	2,69	0,54	21,32	101,23	19,38
2008	60	СЕЛЬДЬ ФИЛЕ	60	5,44	8,58	1,97	107,13	2,40
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,20	0,10	16,70	67,00	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,61	51,05	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,61	51,05	0,00
Итого			450	11,65	9,66	61,21	377,46	21,78
Всего				55,50	52,42	290,90	1 851,69	48,37