

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

Бруева Татьяна Анатольевна/

# МЕНЮ

17 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	150	8,5	6,9	38,7	251	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>11,1</b>	<b>12,1</b>	<b>69,2</b>	<b>428</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	180	1,8	2,1	14,8	86	4,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	20,3	19,3	16,1	319	6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	21	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>26,6</b>	<b>22,1</b>	<b>77,3</b>	<b>611</b>	<b>10,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5	4,4	8,3	94	0,9
2008		ПРЯНИКИ	25	1,5	1,2	18,9	92	0
<b>Итого</b>			<b>205</b>	<b>6,5</b>	<b>5,6</b>	<b>27,2</b>	<b>186</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ	180	4,7	4,8	14,1	118	0,6
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>7,5</b>	<b>5,3</b>	<b>46,1</b>	<b>260</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>51,7</b>	<b>45,1</b>	<b>219,8</b>	<b>1485</b>	<b>12,3</b>

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

**МЕНЮ**  
17 апреля 2024 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	180	10,2	8,3	46,5	302	0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>13,5</b>	<b>13,8</b>	<b>83,9</b>	<b>512</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	1,9	2,3	16,2	94	5,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	18,8	22	16,7	339	5,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	23,3	93	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>27,2</b>	<b>25,2</b>	<b>94,4</b>	<b>710</b>	<b>11</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИКИ	50	3	2,4	37,5	183	0
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,6	4,9	9,3	105	1
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>8,6</b>	<b>7,3</b>	<b>46,8</b>	<b>288</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ	200	5,2	5,3	15,6	131	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>8,8</b>	<b>5,8</b>	<b>53,5</b>	<b>300</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>58,1</b>	<b>52,1</b>	<b>278,6</b>	<b>1810</b>	<b>12,7</b>