



Утверждаю

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

## МЕНЮ

9 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>								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	180	4,6	5,9	27,7	182	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>395</b>	<b>7,2</b>	<b>11,1</b>	<b>58,2</b>	<b>359</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012		ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	40	1,2	1,8	2,4	31	1,5
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	2,1	2	14,5	85	4,8
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	20,3	15,5	31,4	347	12,5
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	21	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>26,1</b>	<b>19,6</b>	<b>82,1</b>	<b>609</b>	<b>18,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,1	14,7	102	0,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	25	1,5	1,2	18,9	92	0
<b>Итого</b>			<b>205</b>	<b>5,2</b>	<b>4,3</b>	<b>33,6</b>	<b>194</b>	<b>0,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	180	4	7,2	14,4	139	0,5
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>6,8</b>	<b>7,7</b>	<b>46,4</b>	<b>281</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>45,8</b>	<b>42,8</b>	<b>230,2</b>	<b>1486</b>	<b>21,9</b>



Утверждаю

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

## МЕНЮ 9 апреля 2024 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	417	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ С САХАРОМ	200	5	6,3	30,9	201	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>445</b>	<b>8,3</b>	<b>11,8</b>	<b>68,3</b>	<b>411</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0,1</b>	<b>9,9</b>	<b>43</b>	<b>2</b>
<b>Обед</b>								
2012		ГОРОШЕК КОНСЕРВИРОВАННЫЙ	60	1,7	3	3,6	48	2,3
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	2,3	2,2	16,2	95	5,3
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	23,9	18,3	37	408	14,7
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>750</b>	<b>34,4</b>	<b>24,4</b>	<b>118,3</b>	<b>828</b>	<b>22,3</b>
<b>Полдник</b>								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,2	3,4	16,4	113	0,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	50	3	2,4	37,5	183	0
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>7,2</b>	<b>5,8</b>	<b>53,9</b>	<b>296</b>	<b>0,6</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,9	9,9	29,7	241	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>11,5</b>	<b>10,4</b>	<b>67,6</b>	<b>410</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>61,9</b>	<b>52,5</b>	<b>318</b>	<b>1988</b>	<b>25,6</b>