



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

21 марта 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								
2012	92	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	130	3,56	3,26	10,52	85,80	0,5
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,09	1,38	0,00	16,98	0,01
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,63	2,94	11,79	89,29	0,52
Итого			350	10,62	12,61	37,38	307,17	1,04
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,79	46,96	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,96	9,99
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ	30	0,46	1,49	2,69	25,92	1,26
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,87	6,20	12,95	115,26	4,53
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	50	11,49	5,54	6,26	132,36	7,68
2008	181	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	2,91	3,62	30,59	166,53	0,00
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
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			540	20,34	17,22	82,80	579,00	13,47
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	6,05	5,96	40,49	239,51	0,12
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			207	6,05	5,96	47,27	266,60	0,12
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	1,58	11,76	11,29	157,91	5,32
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 И ЛИМОНОМ	180/7/5	0,03	0,00	6,87	28,08	0,48
Итого			402	4,46	12,06	36,68	274,14	5,80
Всего				41,87	48,25	213,92	1 473,87	30,42



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

21 марта 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								
2012	92	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ	180	4,89	4,53	14,38	118,29	0,70
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,13	1,43	0,00	17,59	0,01
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,87	3,14	14,11	101,50	0,56
Итого			400	12,25	14,15	43,57	352,58	1,27
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	46,99	10,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ	40	0,42	1,33	2,47	23,49	1,16
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,74	6,22	13,30	116,38	4,52
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	14,10	7,29	8,15	168,40	9,26
2008	181	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	3,43	4,50	35,95	197,88	0,00
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
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			620	23,30	19,71	93,08	656,69	14,94
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	7,32	8,94	50,91	313,38	0,14
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			250	7,32	8,94	60,59	352,08	0,14
Ужин								
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	190	2,14	14,06	14,41	193,67	7,34
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 С ЛИМОНОМ	200/10/7	0,04	0,00	9,73	39,86	0,74
Итого			447	5,03	14,36	42,66	321,68	8,08
Всего				48,30	57,56	249,70	1 730,02	34,43