



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

28 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								
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	1,61	2,32	13,07	79,76	6,60
2008	231	РЫБА, ЗАПЕЧЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	50	14,15	3,25	0,71	88,79	0,47
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	3,21	1,25	20,88	107,92	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150/7	0,00	0,00	8,07	32,25	0,00
Итого			352	19,02	10,97	42,78	346,22	7,07
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,49	0,49	12,08	57,92	12,32
Итого			100	0,49	0,49	12,08	57,92	12,32
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ ОТВАРНЫХ ОВОЩЕЙ	30	0,57	2,06	3,25	33,86	1,41
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,60	5,21	11,42	99,25	3,60
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	16,21	18,64	25,50	334,43	0,92
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,44	0,06	2,83	13,60	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	5,24	20,96	0,00
Итого			530	20,73	26,13	60,79	561,31	5,93
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,88	3,32	13,58	100,68	0,70
Итого			210	3,88	3,32	13,58	100,68	0,70
Ужин								
2008		КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	180	598,00	147,38	3 649,89	18 318,82	0,64
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,44	0,06	2,83	13,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,44	0,06	2,83	13,60	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/7/5	0,00	0,00	4,43	17,74	0,00
Итого			412	598,88	147,50	3 659,98	18 363,76	0,64
Всего				643,00	188,41	3 789,21	19 429,89	26,66



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

28 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								
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	110	1,61	2,46	13,04	80,89	6,59
2008	231	РЫБА, ЗАПЕЧЕНАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ	70	14,17	3,60	0,97	93,24	0,57
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	3,21	1,25	20,88	107,92	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,00	0,00	4,99	19,92	0,00
Итого			402	19,04	11,46	39,93	339,47	7,16
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,49	0,49	12,08	57,92	12,32
Итого			100	0,49	0,49	12,08	57,92	12,32
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ ОТВАРНЫХ ОВОЩЕЙ	40	0,84	1,79	4,86	39,03	2,11
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	2,39	7,12	16,19	138,92	5,72
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,23	20,62	26,62	360,71	1,02
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,44	0,06	2,83	13,60	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,42	25,68	0,00
Итого			610	22,81	29,75	69,47	637,15	8,85
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,31	3,69	14,76	110,46	0,78
Итого			230	4,31	3,69	14,76	110,46	0,78
Ужин								
2008		КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА"	200	675,95	166,47	4 125,77	20 706,03	0,71
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,27	0,10	8,35	39,39	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,44	0,06	2,83	13,60	0,00
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,00	0,00	5,56	22,22	0,00
Итого			457	677,66	166,63	4 142,51	20 781,24	0,71
Всего				724,31	212,02	4 278,75	21 926,24	29,82