



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

4 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	3,93	4,79	16,75	126,34	0,42
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,20	2,67	11,27	82,86	0,52
Итого			395	9,49	12,51	43,10	324,40	0,94
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	8,30	40,00	12,00
Итого			100	0,40	0,40	8,30	40,00	12,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,84	1,73	1,89	27,63	12,84
2008	99	СУП С БОБОВЫМИ	180	1,17	6,11	8,79	94,94	4,33
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	11,03	13,98	16,38	235,46	8,17
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
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			610	16,65	22,19	57,04	495,67	25,34
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	5,62	7,66	35,10	231,56	0,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/7/5	0,05	0,01	6,60	27,45	0,80
Итого			247	5,67	7,67	41,70	259,01	0,90
Ужин								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	180	3,85	5,36	12,53	114,32	0,52
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	6,62	0,88	42,39	203,96	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
Итого			402	12,00	6,36	71,41	391,44	0,52
Всего				44,21	49,13	221,55	1 510,52	39,70

Утвержд
МБ ДОУ ЦР
/Бруева Т

/Бруева Татьяна Анатольевна/

4 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	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ	200	5,04	5,91	22,57	164,21	0,52
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,08	1,20	20,04	103,60	0,00
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,01	3,30	15,53	109,10	0,62
Итого			445	12,18	14,56	58,19	414,41	1,14
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО	100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Итого			100	0,34	0,34	8,36	40,12	3,52
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	1,02	2,09	2,19	33,09	15,84
2008	99	СУП С БОБОВЫМИ	200	1,44	7,40	10,93	116,39	5,38
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	12,35	15,97	19,43	271,39	10,12
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,82	0,31	25,09	118,41	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			750	21,28	26,12	84,28	659,56	31,34
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,40	8,69	37,80	251,00	0,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,06	0,01	9,88	41,02	1,12
Итого			277	5,46	8,70	47,68	292,02	1,22
Ужин								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	200	5,22	7,12	16,28	151,11	0,78
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	200/10	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			450	8,07	7,42	44,48	277,96	0,78
Всего				47,33	57,14	242,99	1 684,07	38,00