

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

7 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,58	5,51	13,46	118,04	0,52
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2012		МАСЛО (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	3,69	2,97	12,30	91,92	0,52
Итого			400	10,70	14,89	40,83	342,04	1,05
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,03	0,51	3,90	1,50
2012	85.	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,54	6,44	15,76	135,23	4,33
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	60	14,07	6,50	7,31	157,64	9,18
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,96	4,15	18,50	123,59	8,80
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,91	0,16	12,55	59,21	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,27	29,03	0,00
Итого			600	23,71	17,41	68,26	539,19	23,81
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	65	5,61	6,27	41,58	244,97	0,15
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/7/5	0,03	0,00	7,36	30,02	0,48
Итого			257	5,64	6,27	48,94	274,99	0,63
Ужин								
2012	167.	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	180	3,34	3,78	23,94	143,12	0,00
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	180/7	0,00	0,00	14,52	58,05	0,00
Итого			407	6,19	4,08	56,98	289,32	0,00
Всего				46,59	43,00	223,63	1 486,90	34,29

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

7 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	200	5,25	7,75	18,71	166,11	0,78
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		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,13	1,43	0,00	17,62	0,01
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,31	3,48	15,66	112,66	0,62
Итого			440	13,05	17,71	49,45	411,59	1,41
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			100	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	4,40	9,33	21,34	187,10	5,39
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	15,20	8,10	9,25	185,51	9,89
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,20	5,21	20,41	141,62	9,76
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,05	0,25	20,07	94,73	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
Итого			750	28,16	23,19	94,15	714,05	27,04
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	4,88	4,20	41,34	222,45	0,15
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,04	0,00	9,81	40,08	0,67
Итого			277	4,92	4,20	51,15	262,53	0,82
Ужин								
2012	167	КАША РАССЫПЧАТАЯ ПШЕННАЯ	200	3,88	4,08	28,53	166,38	0,00
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	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	15,70	62,80	0,00
Итого			450	5,20	4,26	52,71	269,97	0,00
Всего				51,68	49,71	256,08	1 699,50	38,07