

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

3 апреля 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 ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,88	3,85	10,45	88,30	0,38
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,34	0,91	15,24	78,78	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,17	1,49	0,00	18,39	0,02
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ	180/7	0,00	0,00	6,86	27,40	0,00
Итого			377	6,44	10,40	32,60	250,37	0,40
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,63	1,71	1,42	24,47	9,63
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	1,03	4,61	7,84	77,16	3,86
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,96	4,49	18,50	126,61	8,80
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,97	12,50	9,11	196,93	0,59
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	150	0,00	0,00	6,86	27,40	0,00
Итого			550	20,20	23,68	67,26	564,41	22,88
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КЕФИР	180	5,40	0,18	7,20	55,80	1,80
Итого			200	5,40	0,18	7,20	55,80	1,80
Ужин								
2008	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	140	15,40	10,45	18,49	232,19	0,35
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	40	1,64	3,68	6,08	64,25	0,18
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	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/7/5	0,03	0,00	6,95	28,39	0,48
Итого			412	19,92	14,43	50,04	412,98	1,01
Всего				51,96	48,69	157,10	1 283,56	26,09



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

3 апреля 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 ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	3,83	5,74	15,02	127,67	0,4
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,34	0,91	15,24	78,78	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,12	1,43	0,00	17,55	0,01
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180/10	0,00	0,00	8,69	34,76	0,00
Итого			410	7,34	12,23	39,00	296,26	0,48
II Завтрак								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,84	2,09	1,89	30,89	12,84
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	1,03	4,68	7,84	77,83	3,86
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,56	4,44	16,04	114,89	7,63
2008	286	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	13,69	14,96	9,63	227,87	0,68
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	9,68	38,70	0,00
Итого			620	21,73	26,54	68,61	602,02	25,01
Полдник								
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
Итого			240	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
Ужин								
2008	224	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	160	16,71	11,96	22,06	265,45	0,36
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	40	1,64	3,68	6,06	64,22	0,18
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	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200/10/7	0,04	0,00	10,80	44,16	0,74
Итого			457	21,24	15,94	57,44	461,98	1,28
Всего				56,31	54,91	173,05	1 422,26	28,77