



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

**МЕНЮ**

24 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/20	13,66	8,64	21,05	219,16	0,12
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,10	0,82	13,66	70,64	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/7/5	0,03	0,00	11,97	48,48	0,48
<b>Итого</b>			<b>357</b>	<b>15,84</b>	<b>13,61</b>	<b>46,73</b>	<b>375,78</b>	<b>0,60</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ (промышленного производства)	30	0,57	2,69	2,33	35,95	2,11
2012	56	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	1,70	5,51	11,41	102,27	5,49
2012	306	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	60	14,93	17,29	8,49	249,05	0,94
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,81	3,46	19,39	120,23	9,46
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	5,72	22,87	0,00
<b>Итого</b>			<b>550</b>	<b>23,62</b>	<b>29,32</b>	<b>70,87</b>	<b>642,21</b>	<b>18,00</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИК	45	2,66	2,12	33,75	164,70	0,00
2008	435	КЕФИР	150	4,50	0,15	6,00	46,50	1,50
<b>Итого</b>			<b>195</b>	<b>7,16</b>	<b>2,27</b>	<b>39,75</b>	<b>211,20</b>	<b>1,50</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	3,29	4,92	13,40	111,62	0,38
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
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,71	2,22	13,62	86,17	0,42
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,85</b>	<b>7,44</b>	<b>45,54</b>	<b>285,94</b>	<b>0,80</b>
<b>Всего</b>				<b>55,47</b>	<b>52,64</b>	<b>202,89</b>	<b>1 515,13</b>	<b>20,90</b>

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

# МЕНЮ

24 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	212	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150/20	14,47	9,49	24,70	244,61	0,13
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,10	0,82	13,66	70,64	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,00	0,00	14,13	56,49	0,00
<b>Итого</b>			<b>402</b>	<b>16,62</b>	<b>14,46</b>	<b>52,54</b>	<b>409,24</b>	<b>0,13</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ (промышленного производства)	40	0,76	3,56	3,08	47,60	2,80
2012	56	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150	1,99	6,09	13,01	115,10	6,60
2012	306	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	80	15,78	18,36	9,19	264,94	1,08
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	3,42	17,29	110,33	8,41
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	8,74	34,95	0,00
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>24,67</b>	<b>31,80</b>	<b>74,84</b>	<b>684,76</b>	<b>18,89</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ПРЯНИК	45	2,66	2,12	33,75	164,70	0,00
2008	435	КЕФИР	200	6,00	0,20	8,00	62,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>245</b>	<b>8,66</b>	<b>2,32</b>	<b>41,75</b>	<b>226,70</b>	<b>2,00</b>
<b>Ужин</b>								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	4,13	6,26	16,43	139,13	0,50
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
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,04	2,50	15,18	96,27	0,47
<b>Итого</b>			<b>440</b>	<b>10,02</b>	<b>9,06</b>	<b>50,13</b>	<b>323,55</b>	<b>0,97</b>
<b>Всего</b>				<b>59,97</b>	<b>57,64</b>	<b>219,26</b>	<b>1 644,25</b>	<b>21,99</b>