

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

9 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	130	2,83	4,13	10,78	92,05	0,38
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2012		МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,15	1,48	0,00	18,17	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,59	2,98	15,01	102,31	0,57
Итого			350	9,91	13,62	40,86	327,63	0,95
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	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С РИСОМ	150	1,43	4,68	12,11	96,29	3,60
2012	282	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	10,33	10,64	9,82	176,23	0,49
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	1,71	4,54	4,96	68,46	16,22
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	5,53	22,10	0,00
Итого			510	17,08	20,23	55,95	474,92	20,31
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	7,00	6,80	47,36	278,52	0,14
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/7/5	0,05	0,01	12,28	50,35	0,95
Итого			212	7,05	6,81	59,64	328,87	1,09
Ужин								
2012	53	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (промышленного производства)	30	0,55	2,59	2,24	34,63	0,84
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	9,91	8,98	0,54	122,60	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,26	5,08	28,44	184,53	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	0,00	0,00	14,17	56,66	0,00
Итого			400	19,57	16,95	63,91	486,57	0,84
Всего				53,61	57,61	220,36	1 617,99	23,19



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

9 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	180	4,50	5,89	16,95	139,50	0,6
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,31	0,90	15,03	77,70	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	5	1,13	1,44	0,00	17,69	0,02
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,56	2,96	14,99	101,87	0,57
Итого			400	11,55	15,34	47,02	374,26	1,20
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	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С РИСОМ	180	1,91	6,76	16,23	133,58	4,84
2012	282	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,45	13,21	11,25	213,99	1,39
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	120	2,29	4,38	6,85	77,44	20,77
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			600	20,26	24,72	67,54	575,55	27,00
Полдник								
2008	453	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	7,92	8,94	51,00	316,25	0,14
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,06	0,01	14,43	59,16	1,08
Итого			257	7,98	8,95	65,43	375,41	1,22
Ужин								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ (промышленного производства)	40	0,76	3,56	3,08	47,56	2,80
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	6,83	5,54	31,02	201,26	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	200/10	0,00	0,00	15,68	62,69	0,00
Итого			450	15,54	14,00	68,60	462,66	2,80
Всего				55,33	63,01	248,59	1 787,88	32,22