

Утверждаю



заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

13 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130/10	3,78	4,76	15,76	121,34	0,02
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	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,63	2,99	13,98	98,41	0,56
Итого			355	9,77	12,80	44,82	334,95	0,58
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,79	46,94	9,99
Итого			100	0,40	0,40	9,79	46,94	9,99
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	30	0,51	1,04	1,09	16,46	7,92
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	3,80	7,44	16,88	149,65	4,12
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	9,88	12,34	16,44	216,53	8,55
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			550	17,80	21,19	67,62	533,18	20,59
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,58	8,75	37,81	252,25	0,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	150/7/5	0,05	0,01	7,43	30,84	0,88
Итого			222	5,63	8,76	45,24	283,09	0,98
Ужин								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	180	4,70	6,31	14,67	135,03	0,70
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	8,71	34,83	0,00
Итого			407	7,55	6,61	41,90	258,01	0,70
Всего				41,15	49,76	209,37	1 456,17	32,84

Утверждаю

заведующий
МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10
/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

13 мая 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								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150/10	4,39	5,33	18,07	138,30	0,02
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3,08	1,20	20,04	103,60	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	4,15	0,05	37,50	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,01	3,31	15,54	109,15	0,62
Итого			405	11,53	13,99	53,70	388,55	0,64
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Итого			100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	40	0,68	1,35	1,46	21,73	10,54
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	4,47	8,92	20,07	178,66	4,93
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	11,29	14,37	18,78	249,91	9,75
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			610	20,05	25,01	73,52	600,84	25,22
Полдник								
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	5,39	8,64	37,79	250,53	0,10
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180/10/7	0,06	0,01	8,99	37,31	1,02
Итого			257	5,45	8,65	46,78	287,84	1,12
Ужин								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА МОЛОКЕ	200	5,22	7,10	16,28	150,96	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	7,40	44,48	277,81	0,78
Всего				45,50	55,45	228,28	1 602,04	37,76