

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

10 июля 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								
2012	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	150	4,05	4,95	25,62	163,48	0,18
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	1,15	1,46	0,00	18,11	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,37	1,82	12,94	78,16	0,39
Итого			340	9,93	13,28	53,64	374,95	0,59
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ ОТВАРНЫХ ОВОЩЕЙ	40	0,59	2,62	3,07	38,52	1,59
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,71	5,06	11,83	99,93	3,60
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,00	3,48	19,68	122,26	9,49
2012	306	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50	12,41	14,73	8,75	217,10	0,83
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	6,78	27,09	0,00
Итого			550	21,32	26,26	73,64	616,74	15,51
Полдник								
2008		ПРЯНИК	45	2,66	2,12	33,75	164,70	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
Итого			225	7,88	6,62	41,31	261,90	0,54
Ужин								
2008	221	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	150/30	21,15	12,86	40,47	365,84	0,24
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	180/7	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
Итого			407	24,00	13,16	65,77	481,08	0,24
Всего				63,13	59,32	234,36	1 734,67	16,88

МЕНЮ

10 июля 2025 г.

Сад 12 часов



заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

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	418	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	180	5,43	6,84	34,25	220,55	0,24
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	1,45	0,00	17,80	0,02
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,14	2,43	17,10	103,42	0,52
Итого			400	12,06	15,77	66,43	456,97	0,78
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ ОТВАРНЫХ ОВОЩЕЙ	50	0,59	3,24	3,07	44,06	1,59
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150	1,71	4,81	11,85	97,69	3,60
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	3,26	3,79	21,48	133,56	10,35
2012	306	БИТОЧКИ ИЗ ПТИЦЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ	50	12,39	14,68	8,67	216,19	0,83
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	8,18	32,69	0,00
Итого			600	21,56	26,89	76,78	636,03	16,37
Полдник								
2008		ПРЯНИК	45	2,66	2,12	33,79	164,88	0,00
2008	435	РЯЖЕНКА	200	5,80	5,00	8,40	108,00	0,60
Итого			245	8,46	7,12	42,19	272,88	0,60
Ужин								
2008	221	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	180/20	24,70	15,00	47,22	426,88	0,28
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	200/10	0,00	0,00	7,60	30,42	0,00
Итого			450	27,55	15,30	73,34	545,45	0,28
Всего				69,63	65,08	258,74	1 911,33	18,03