

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

_____/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

29 марта 2024 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	238	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ	140	12,8	11,3	31,4	280	1,3
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	40	0,8	1,4	2,5	26	0,1
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	30	2,3	0,9	15,4	79	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			395	16,2	17,9	64,4	483	1,4
Обед								
2008	40	КВАШЕНАЯ КАПУСТА	40	0,6	2	3	34	9,7
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	180	2,1	2,3	14,5	87	4,8
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	0,5	26,3	126	0
2008	314	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,2	10	12	191	11,3
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			21	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
Итого			610	22	15	89,6	584	25,8
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,1	14,6	102	0,6
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,9	6,6	29,9	194	0
Итого			230	7,6	9,7	44,5	296	0,6
Ужин								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	180	3,5	3,7	12,8	99	0,5
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			400	6,3	4,2	44,8	241	0,5
Всего				52,1	46,8	243,3	1604	28,3

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

_____/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

29 марта 2024 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	238	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МАННАЯ	150	13,6	11,8	33,8	298	1,3
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	50	1,8	2,7	4,6	51	0,2
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
Итого			445	18,7	20	75,8	559	1,5
Обед								
2008	40	КВАШЕНАЯ КАПУСТА	60	0,9	3	4,5	51	14,6
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	200	2,3	2,3	16,2	96	5,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,6	0,7	35,9	172	0
2008	314	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ	80	14,9	11,4	13,6	216	12,8
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			750	27,7	18	118,9	750	32,7
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,2	3,4	16,4	114	0,6
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,5	7,7	35,8	231	0
Итого			260	8,7	11,1	52,2	345	0,6
Ужин								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	200	4,7	4,6	16,7	127	0,7
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			450	8,3	5,1	54,6	296	0,7
Всего				63,4	54,2	301,5	1950	35,5