



Утверждаю

заведующий

МБ/ДОУ ЦРР- детский сад № 10

Бруева Татьяна Анатольевна/

# МЕНЮ

5 марта 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	240	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ	140	15	12,1	21,1	257	1,5
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,4	6,8	53	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
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>18,5</b>	<b>19,7</b>	<b>58,4</b>	<b>487</b>	<b>1,6</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3	3,9	18,2	121	3,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,5	4,3	16,2	113	4
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	70	10,9	11,9	6,1	174	0,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			21	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
<b>Итого</b>			<b>600</b>	<b>19,7</b>	<b>20,6</b>	<b>82,7</b>	<b>594</b>	<b>7,8</b>
<b>Полдник</b>								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,9	6,4	30,2	195	0
<b>Итого</b>			<b>230</b>	<b>4,1</b>	<b>6,5</b>	<b>45,2</b>	<b>255</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	4,9	4,5	14,7	119	0,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,4	1,2	20,2	96	0,9
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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>8,9</b>	<b>6,1</b>	<b>51,9</b>	<b>297</b>	<b>1,6</b>
<b>Всего</b>				<b>51,2</b>	<b>52,9</b>	<b>238,2</b>	<b>1633</b>	<b>11</b>



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

Бруна Татьяна Анатольевна/

# МЕНЮ

5 марта 2024 г.

Сад 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	240	ПУДИНГ ТВОРОЖНО-МАННЫЙ	140	15	11,8	21,1	254	1,5
2012	351	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1	2,4	6,7	53	0,1
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
<b>Итого</b>			<b>435</b>	<b>19,3</b>	<b>19,7</b>	<b>65,2</b>	<b>517</b>	<b>1,6</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	200	3,5	4,5	20,2	135	3,7
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,1	5,4	20,3	141	5
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	80	18,1	19,8	8	282	0,7
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			23,3	93	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
<b>Итого</b>			<b>720</b>	<b>30,6</b>	<b>30,5</b>	<b>110</b>	<b>835</b>	<b>9,4</b>
<b>Полдник</b>								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	3,8	6,4	30	193	0
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>4</b>	<b>6,5</b>	<b>46,7</b>	<b>260</b>	<b>0</b>
<b>Ужин</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	4,9	4,6	15	121	0,7
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	22,4	107	1
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
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>9,8</b>	<b>6,3</b>	<b>58,6</b>	<b>330</b>	<b>1,7</b>
<b>Всего</b>				<b>63,7</b>	<b>63</b>	<b>280,5</b>	<b>1942</b>	<b>12,7</b>