



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР - детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

22 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	140	10,4	9,9	30,7	256	0,2
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	40	0,6	1,5	2,5	26	0
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	14,6	58	0
Итого			395	13,6	16,6	63,3	457	0,2
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	40	1,2	0,1	2,5	16	1,6
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,9	3,7	14	97	6
2008	181	.КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	5,3	4,3	30,7	183	0
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	70	9,4	11,4	8,2	175	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	21	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	2,7	0,4	17,4	84	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
Итого			620	22	20,1	100,2	670	8,2
Полдник								
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	1,5	1,2	18,8	92	0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3	14,6	102	0,6
Итого			205	5,2	4,2	33,4	194	0,6
Ужин								
2012	413	СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ	180	4,3	5,5	11,9	124	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	3,6	0,5	23,3	112	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			400	9,4	6,3	58,7	337	0
Всего				50,2	47,2	255,6	1658	9



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

22 февраля 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		
Завтрак								
2012	211	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	150	10,8	10,2	33,2	269	0,2
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	50	0,7	1,9	3	32	0
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	14,8	17,6	73,6	511	0,2
Обед								
к/к	к/к	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый	60	1,8	0,1	3,8	23	2,4
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	1,9	4,1	13,6	99	5,5
2008	181	.КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	5,6	4,6	32,5	193	0
2012	286	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	80	10,6	13	9,5	198	0,6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,5	0,1	23,3	93	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	5,5	0,7	35,1	169	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
Итого			750	27,9	22,9	130,5	836	8,5
Полдник								
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	3,8	3	24,5	141	0,5
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			250	6,8	5,4	62	324	0,5
Ужин								
2012	413	СУП МОЛОЧНЫЙ С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ	200	5,2	6,6	13,2	125	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	4,6	0,6	29,2	141	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			450	11,7	7,5	69,7	384	0
Всего				61,2	53,4	335,8	2055	9,2