



Утверждаю

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

МЕНЮ

21 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ	180	8,2	8,5	32,3	239	1,2
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
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,7	2,2		28	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
Итого			403	12,5	15,9	62,8	444	1,2
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Итого			100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	180	1,8	2	14,8	85	4,8
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	20,3	19,3	16,1	319	6
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	21	84	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			600	26,6	22	77,3	610	10,8
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	15	60	0
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	25	1,5	1,2	18,9	92	0
Итого			205	1,7	1,3	33,9	152	0
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ	180	4,7	4,6	14,1	117	0,6
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,2	2,6	19,5	115	0,6
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	10,5	7,6	50,6	314	1,2
Всего				51,7	47,2	232,9	1560	16,7



Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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								
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ НА МОЛОКЕ	200	9,1	9,5	35,9	266	1,3
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	40	3	1,2	20,6	105	0
2008	13	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	4,2	0,1	38	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,9		35	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
Итого			455	14,6	17,9	73,3	511	1,3
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Итого			100	0,4	0,4	8,3	40	3,5
Обед								
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	200	2	2,2	16,5	94	5,3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	18,8	22	16,7	339	5,7
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	23,3	93	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,3	0,4	21,2	102	0
Итого			700	28	25,1	98,9	730	11
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
2008		КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50	3	2,4	37,5	183	0
Итого			250	3,2	2,5	54,2	250	0
Ужин								
2012	94	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ	200	5,2	5,2	15,8	131	0,7
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,6	2,9	21,5	127	0,6
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	12,2	8,5	58,5	360	1,3
Всего				58,4	54,4	293,2	1891	17,1