

Утверждаю

заведующий

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



МЕНЮ

26 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	180	3,5	7,4	15,3	142	0,5
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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,8	2,4		29	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	16,7	67	0
Итого			403	7,9	15	47,5	355	0,5
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2012		ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	40	1,2	2	2,4	32	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	2,3	3,8	16,8	111	9,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	4	15,6	108	7,6
2012	255	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	9,6	1,3	7,2	78	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,5	0,1	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	17,9	11,4	75,8	475	17,7
Полдник								
2008	435	КИСЛО-МОЛОЧНЫЙ НАПИТОК	180	6	0,2	8	62	2
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,9	6,6	29,9	194	0
Итого			230	9,9	6,8	37,9	256	2
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	4,7	5,1	29,6	182	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	16,7	67	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	8,3	9,2	66,4	379	0
Всего				44,5	42,5	237,5	1508	22,2



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

26 февраля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	СУП МОЛОЧНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПОЙ	200	4,5	8	18,3	163	0,7
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	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,1	2,7		33	0,1
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
Итого			455	9,9	16,2	55,7	406	0,8
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,5	0,1	9,9	43	2
Итого			100	0,5	0,1	9,9	43	2
Обед								
2012		ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК КОНСЕРВЫ	60	1,2	0,1	2,4	15	1,6
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	200	2,5	4,2	18,4	122	10,8
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,3	21,4	145	10,4
2012	255	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	10,9	1,4	8,3	90	0,2
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,6	0,1	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	22,4	11,7	99,2	587	23
Полдник								
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,7	67	0
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,5	7,7	35,9	231	0
Итого			260	4,7	7,8	52,6	298	0
Ужин								
2012	317	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,3	5,8	37,4	220	0
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50	1	4,5	3,9	60	3,5
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	9,9	10,8	79,2	449	3,5
Всего				47,4	46,6	296,6	1783	29,3