



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

1 декабря 2023 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								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МАНКОЙ	120	14,3	9,2	17	210	0,2
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	30	0,6	1,1	1,8	19	0
		БАТОН С МАСЛОМ	30/5	2,4	9,2	15,5	153	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,3	0,1	14,8	61	2,9
Итого			365	17,6	19,6	49,1	443	3,1
Обед								
2008	40	КАПУСТА КВАШЕНАЯ	40	0,6	2,1	3,1	35	9,7
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	180	2,1	2,1	14,5	86	4,8
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	0,5	26,4	127	0
2012	282	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,2	8,4	6,4	141	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			13,9	55	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	19	13,3	77,1	506	14,5
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,1	14,7	102	0,6
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4	7,5	33,8	218	0
Итого			240	7,7	10,6	48,5	320	0,6
Ужин								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	180	3,5	3,7	12,6	98	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	44,6	240	0,5
Всего				50,6	47,7	219,3	1509	18,7



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

1 декабря 2023 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	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МАНКОЙ	130	15,4	9,7	20,2	232	0,2
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	50	1,8	2,7	4,6	51	0,2
2012	1	БАТОН С МАСЛОМ	40/5	3	5,3	20,6	142	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,5	67	3,3
Итого			425	20,5	17,8	61,9	492	3,7
Обед								
2008	40	КАПУСТА КВАШЕНАЯ	50	0,7	2,5	3,7	42	12,2
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ	200	2,3	2,3	16,2	95	5,3
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	120	4,5	0,5	28,7	138	0
2012	282	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	80	11,7	13,8	7,4	200	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200			15,5	62	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			710	23,2	19,7	96,9	659	17,5
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,2	3,4	16,4	113	0,6
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	5	9,7	38,5	260	0
Итого			270	9,2	13,1	54,9	373	0,6
Ужин								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С ГРЕЧНЕВОЙ КРУПОЙ	200	4,7	4,5	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	54,6	296	0,7
Всего				61,2	55,6	268,3	1820	22,5