



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

## МЕНЮ

19 декабря 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	180	26,3	20,7	50,5	497	0,4
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>395</b>	<b>28,9</b>	<b>25,9</b>	<b>81</b>	<b>674</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2008		ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	40	0,4		1	6	4
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	3,1	3,7	18,2	118	3,4
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,5	4,3	16,2	113	4
2012	312	КНЕЛИ КУРИНЫЕ С РИСОМ	70	10,8	12	5,9	175	0,4
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			21	84	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,5	31	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	1	0,1	6,5	31	0
<b>Итого</b>			<b>620</b>	<b>18,8</b>	<b>20,2</b>	<b>75,3</b>	<b>558</b>	<b>11,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,6	7,9	36,3	235	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,4	1,2	20,2	96	0,9
<b>Итого</b>			<b>240</b>	<b>6</b>	<b>9,1</b>	<b>56,5</b>	<b>331</b>	<b>0,9</b>
<b>Ужин</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	180	4,4	4,2	13,5	110	0,6
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
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>7,2</b>	<b>4,7</b>	<b>45,5</b>	<b>252</b>	<b>0,6</b>
<b>Всего</b>				<b>60,9</b>	<b>59,9</b>	<b>258,3</b>	<b>1815</b>	<b>13,7</b>



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

# МЕНЮ

19 декабря 2023 г.

## Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ	200	29,3	23,2	56,6	556	0,4
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ	50	3,8	1,5	25,7	131	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>455</b>	<b>33,4</b>	<b>29</b>	<b>99,1</b>	<b>792</b>	<b>0,4</b>
<b>Обед</b>								
2008		ТОМАТЫ СОЛЕННЫЕ	60	0,7		1,4	8	6
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	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>29,4</b>	<b>30,3</b>	<b>98,6</b>	<b>781</b>	<b>15,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	469	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	5,2	8,9	41,8	269	0
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	1,5	1,3	22,4	107	1
<b>Итого</b>			<b>270</b>	<b>6,7</b>	<b>10,2</b>	<b>64,2</b>	<b>376</b>	<b>1</b>
<b>Ужин</b>								
2012	92	СУП МОЛОЧНЫЙ МАННЫЙ	200	4,9	4,6	15	121	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
<b>Итого</b>			<b>450</b>	<b>8,5</b>	<b>5,1</b>	<b>52,9</b>	<b>290</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>78</b>	<b>74,6</b>	<b>314,8</b>	<b>2239</b>	<b>17,5</b>