



Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ

17 ноября 2023 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	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	180	3,5	3,7	12,8	99	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,4	9,2	15,5	153	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	8	1,8	2,3		29	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,3	0,1	14,8	61	2,9
Итого			403	8	15,3	43,1	342	3,4
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	36	2,1
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,8	2	12,1	72	3,9
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,1	0,5	26,3	126	0
2012	282	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,8	10,3	5,6	150	0
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180			14	56	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	5,5	0,7	34,9	168	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			580	22,1	16,4	103,7	649	6
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,1	14,6	102	0,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,7	105	0
Итого			205	5,6	5,6	33,3	207	0,6
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МАНКОЙ	150	14,5	10,4	19,7	232	0,2
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	50	0,7	1,9	3,1	32	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,2	0,1	14,6	58	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			400	16,7	12,6	45,9	363	0,2
Всего				52,4	49,9	226	1561	10,2

Утверждаю

заведующий

МБ ДОУ ЦРР- детский сад № 10

/Бруева Татьяна Анатольевна/

МЕНЮ
17 ноября 2023 г.

Сад 12 часов



Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	113	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ	200	3,9	4	14	108	0,5
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30/5	2,4	9,2	15,5	153	0
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,2	2,9		35	0
2008	431	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	16,5	67	3,3
Итого			445	8,8	16,2	46	363	3,8
Обед								
2008		ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	40	0,8	3,6	3,1	48	2,8
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	200	2,3	2,3	16,2	96	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 РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,6	0,4	17	82	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	7,3	1	46,6	224	0
Итого			720	29,2	21,6	134,5	850	8,1
Полдник								
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	200	4,1	3,4	16,4	113	0,6
2008		ПЕЧЕНЬЕ	50	3,8	4,9	37,2	209	0
Итого			250	7,9	8,3	53,6	322	0,6
Ужин								
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С МАНКОЙ	180	15,9	11,6	23,3	263	0,2
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	50	0,7	1,8	2,9	32	0
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	65	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
Итого			450	18,1	13,7	50,9	401	0,2
Всего				64	59,8	285	1936	12,7