

Утверждаю

Заведующий

МБДОУ "ЦРР-д/с №54 "Малыш"

/Сагач С.А./



# МЕНЮ

10 марта 2026 г.

Ясли 10 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>								
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	170/15	7,7	6,7	34,2	228	0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,1		7,9	32	0
2008	13	ПОВИДЛО	8					0
2008		БАТОН НАРЕЗНОЙ к/к	30	1,7	0,7	11,2	58	0
<b>Итого</b>			<b>373</b>	<b>9,5</b>	<b>7,4</b>	<b>53,3</b>	<b>318</b>	<b>0</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	437	НАПИТОК ИЗ ЯГОД СМОРОДИНЫ №437	100			7,7	31	0
<b>Итого</b>			<b>100</b>			<b>7,7</b>	<b>31</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2012	87	СУП РЫБНЫЙ ИЗ КОНСЕРВОВ №87	175	4,1	3	14	98	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №181	110	4,7	4,4	21,1	142	0
2008	272	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ П/Ф	70					0
2012	349	СОУС ТОМАТНЫЙ №349	30	0,4	1,2	1,8	20	0,5
2008	437	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150			7,7	31	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	20	1,5	0,2	17,1	76	0
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ к/к	25	1,7	0,2	11,2	54	0
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>12,4</b>	<b>9</b>	<b>72,9</b>	<b>421</b>	<b>0,5</b>
<b>Полдник</b>								
2008	346	ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ И МАСЛОМ П/Ф	150/4		2,9		26	0
2008	442	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	150			4,8	19	0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ к/к	20	1,5	0,2	17,1	76	0
<b>Итого</b>			<b>324</b>	<b>1,5</b>	<b>3,1</b>	<b>21,9</b>	<b>121</b>	<b>0</b>
<b>Всего</b>				<b>23,4</b>	<b>19,5</b>	<b>155,8</b>	<b>891</b>	<b>0,5</b>