

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ № 25  
Поварова Л.Р./

# МЕНЮ

14 октября 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		
<b>Завтрак</b>								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,34	5,09	25,58	169,74	0,38
2014	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,62	2,16	8,70	65,58	0,41
<b>Итого</b>			<b>340</b>	<b>9,87</b>	<b>12,11</b>	<b>47,17</b>	<b>338,22</b>	<b>0,79</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,26	44,42	9,45
<b>Итого</b>			<b>95</b>	<b>0,38</b>	<b>0,38</b>	<b>9,26</b>	<b>44,42</b>	<b>9,45</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	37	0,29	0,04	0,62	4,77	1,83
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150	3,58	4,86	7,79	94,25	5,36
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	12,05	11,90	2,63	165,72	0,27
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,15	2,24	14,26	86,34	6,67
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ***	150	0,34	0,08	17,21	71,47	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>547</b>	<b>21,21</b>	<b>19,92</b>	<b>61,31</b>	<b>515,75</b>	<b>14,13</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,94	1,17	8,88	57,82	5,64
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	176	5,12	4,41	7,06	93,53	1,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,32	3,11	29,29	156,92	2,40
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>11,68</b>	<b>8,89</b>	<b>53,73</b>	<b>349,07</b>	<b>9,28</b>
<b>Всего</b>				<b>43,14</b>	<b>41,30</b>	<b>171,47</b>	<b>1 247,46</b>	<b>33,65</b>

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ № 25  
Поварова Л.Р./

# МЕНЮ

14 октября 2024 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>								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	6,53	5,56	31,19	201,36	0,46
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,92	2,42	12,20	83,15	0,46
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11,36</b>	<b>12,84</b>	<b>56,28</b>	<b>387,41</b>	<b>0,92</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	99	0,40	0,40	9,72	46,63	9,92
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,72</b>	<b>46,63</b>	<b>9,92</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	55	0,44	0,05	0,93	7,15	2,75
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	3,30	4,25	8,62	90,19	5,80
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,94	5,51	19,48	139,97	9,10
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	15,99	15,69	3,51	218,64	0,35
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА*	180	0,34	0,08	20,02	82,71	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,66	51,28	0,00
2008		БАТОН	30	2,23	0,86	15,27	77,85	0,00
<b>Итого</b>			<b>700</b>	<b>26,90</b>	<b>26,66</b>	<b>78,49</b>	<b>667,79</b>	<b>18,00</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ПТИЦЫ	40	5,97	4,57	4,03	81,95	0,05
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,46	2,03	10,79	77,93	6,74
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	176	4,97	4,28	6,85	90,72	0,50
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,66	51,28	0,00
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	70	3,93	4,06	43,61	223,60	4,77
<b>Итого</b>			<b>461</b>	<b>18,99</b>	<b>15,16</b>	<b>75,94</b>	<b>525,48</b>	<b>12,06</b>
<b>Всего</b>				<b>57,65</b>	<b>55,06</b>	<b>220,43</b>	<b>1 627,31</b>	<b>40,90</b>

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.