



МЕНЮ

21 октября 2024 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		
Завтрак								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,30	4,59	22,01	132,48	7,73
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,39	5,51	26,42	177,23	0,38
2014	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	5,08	4,10	15,74	121,29	0,88
Итого			350	11,77	14,20	64,17	431,00	8,99
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	152	4,39	3,79	6,06	80,30	1,06
Итого			152	4,39	3,79	6,06	80,30	1,06
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,52	2,37	3,07	35,62	1,44
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,45	1,76	19,07	110,13	2,74
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	70	9,01	6,13	10,66	133,65	0,18
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	115	2,48	2,61	10,17	74,85	7,81
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	147	0,73	0,00	10,71	45,47	252,27
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
Итого			572	19,99	13,67	72,48	492,92	264,44
Уплотненный полдник								
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40	10,21	10,50	1,64	141,95	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,38	4,44	15,65	112,63	7,32
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК ***	180	0,11	0,10	19,74	80,92	1,03
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	97	0,38	0,28	9,65	44,04	1,93
Итого			457	14,38	15,52	55,18	420,34	10,28
Всего				50,53	47,18	197,89	1 424,56	284,77

Медицинская сестра _____

Базанова Л.Я.

МЕНЮ

21 октября 2024 г.

Сад 12 часов



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25
/Поварова Л.Р./

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,80	3,14	22,11	122,37	5,77
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,41	6,32	31,51	209,28	0,46
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,70	4,61	19,63	144,01	0,99
Итого			400	13,91	14,07	73,25	475,66	7,22
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	182	5,27	4,55	7,27	96,37	1,27
Итого			182	5,27	4,55	7,27	96,37	1,27
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,79	3,45	4,59	52,40	2,15
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180	4,94	1,99	20,03	117,90	3,14
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	10,24	6,75	11,98	149,36	0,21
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	165	3,82	6,19	16,21	136,90	11,34
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,66	51,28	0,00
2008		БАТОН	31	2,30	0,89	15,75	80,28	0,00
Итого			715	23,75	19,49	79,22	588,12	16,84
Уплотненный полдник								
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40	10,22	10,61	1,65	142,98	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,96	5,52	19,60	140,56	9,16
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК ***	180	0,11	0,10	22,92	93,62	1,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,66	51,28	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	101	0,41	0,30	10,45	47,68	5,07
Итого			516	16,86	18,71	80,16	559,52	15,27
Всего				59,79	56,82	239,90	1 719,67	40,60

Медицинская сестра _____

Базанова Л.Я.