



## МЕНЮ

19 ноября 2024 г.

### Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,92	4,97	12,96	104,32	0,00
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,20	2,14	2,42	32,48	1,88
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	9,64	14,85	1,91	179,90	0,16
2014	433	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,44	2,01	8,61	63,11	0,39
<b>Итого</b>			<b>330</b>	<b>15,20</b>	<b>23,97</b>	<b>25,90</b>	<b>379,81</b>	<b>2,43</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА)	144	4,19	3,61	5,77	76,51	1,01
<b>Итого</b>			<b>144</b>	<b>4,19</b>	<b>3,61</b>	<b>5,77</b>	<b>76,51</b>	<b>1,01</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,64	6,12	4,85	77,10	3,95
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150	4,23	4,45	10,47	101,42	4,02
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,49	5,73	5,10	102,85	0,06
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	3,71	2,95	23,67	136,12	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	149	0,74	0,00	10,85	46,06	255,54
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>529</b>	<b>19,61</b>	<b>20,05</b>	<b>73,74</b>	<b>556,75</b>	<b>263,57</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,95	1,89	8,71	65,81	5,23
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ***	150	0,31	0,07	16,22	67,23	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,31	3,03	30,39	160,47	2,56
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	91	0,36	0,36	8,94	42,88	9,12
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>7,23</b>	<b>5,55</b>	<b>72,76</b>	<b>377,19</b>	<b>16,91</b>
<b>Всего</b>				<b>46,23</b>	<b>53,18</b>	<b>178,17</b>	<b>1 390,26</b>	<b>283,92</b>

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.

Утверждаю



Заведующий  
ГБДОУ № 25  
/Поварова Л.Р./

# МЕНЮ

19 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,89	4,74	12,82	101,56	0,00
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,17	2,02	2,47	32,55	1,89
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	10,68	17,25	2,34	207,64	0,20
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,91	2,41	12,26	83,39	0,47
<b>Итого</b>			<b>390</b>	<b>16,65</b>	<b>26,42</b>	<b>29,89</b>	<b>425,14</b>	<b>2,56</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА)	173	5,02	4,33	6,93	91,82	1,21
<b>Итого</b>			<b>173</b>	<b>5,02</b>	<b>4,33</b>	<b>6,93</b>	<b>91,82</b>	<b>1,21</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,81	7,52	6,04	95,15	3,76
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,88	3,99	12,31	103,03	4,80
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	10,46	8,02	7,06	143,54	0,08
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	5,55	2,95	35,53	191,04	0,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,67	0,22	10,71	51,53	0,00
2008		БАТОН	30	2,24	0,86	15,32	78,08	0,00
<b>Итого</b>			<b>690</b>	<b>24,61</b>	<b>23,56</b>	<b>86,97</b>	<b>662,37</b>	<b>8,64</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,60	2,34	11,45	84,87	7,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА***	180	0,30	0,07	18,98	78,24	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,18	8,60	41,38	0,00
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	70	3,96	4,26	44,96	230,70	5,03
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	96	0,38	0,38	9,41	45,15	9,61
<b>Итого</b>			<b>521</b>	<b>8,58</b>	<b>7,23</b>	<b>93,40</b>	<b>480,34</b>	<b>21,64</b>
<b>Всего</b>				<b>54,86</b>	<b>61,54</b>	<b>217,19</b>	<b>1 659,67</b>	<b>34,05</b>

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.