

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25
Поварова Л.Р./



МЕНЮ

22 апреля 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|----------------------------|---------------|---------------------------------------|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,73 | 3,15 | 21,20 | 118,67 | 5,49 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 180 | 6,47 | 6,42 | 31,89 | 211,86 | 0,46 |
| 2014 | 270 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 5,67 | 4,59 | 19,23 | 142,18 | 0,98 |
| Итого | | | 400 | 13,87 | 14,16 | 72,32 | 472,71 | 6,93 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) | 176 | 5,10 | 4,40 | 7,04 | 93,26 | 1,23 |
| Итого | | | 176 | 5,10 | 4,40 | 7,04 | 93,26 | 1,23 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 55 | 0,79 | 3,52 | 4,63 | 53,30 | 2,17 |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 180 | 4,79 | 1,94 | 19,51 | 114,90 | 3,11 |
| 2008 | 239 | БИТОЧЕК РЫБНЫЙ | 80 | 12,44 | 9,94 | 11,47 | 184,81 | 0,19 |
| 2008 | 338 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 160 | 3,75 | 6,36 | 16,08 | 137,38 | 10,42 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 182 | 0,91 | 0,18 | 18,43 | 78,45 | 3,65 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 27 | 1,76 | 0,23 | 11,26 | 54,16 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 30 | 2,22 | 0,86 | 15,21 | 77,54 | 0,00 |
| Итого | | | 714 | 26,66 | 23,03 | 96,59 | 700,54 | 19,54 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 298 | СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 40 | 10,22 | 10,67 | 1,70 | 143,64 | 0,00 |
| 2008 | 125 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 2,92 | 5,63 | 19,25 | 140,04 | 8,99 |
| 2008 | 405 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК *** | 180 | 0,12 | 0,11 | 22,28 | 91,16 | 1,08 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 27 | 1,76 | 0,23 | 11,26 | 54,16 | 0,00 |
| 2008 | | ПЕЧЕНЬЕ | 22 | 1,62 | 2,12 | 16,09 | 90,16 | 0,00 |
| 2008 | | ГРУША СВЕЖАЯ | 98 | 0,39 | 0,30 | 10,14 | 46,27 | 4,92 |
| Итого | | | 517 | 17,03 | 19,06 | 80,72 | 565,43 | 14,99 |
| Всего | | | | 62,66 | 60,65 | 256,67 | 1 831,94 | 42,69 |

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25
/Поварова Л.Р./**МЕНЮ**
22 апреля 2024 г.

Ясли 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 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 40 | 1,28 | 4,74 | 21,08 | 130,10 | 7,26 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 5,41 | 5,52 | 26,59 | 178,30 | 0,38 |
| 2014 | 432 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 160 | 5,06 | 4,07 | 15,30 | 119,27 | 0,88 |
| Итого | | | 350 | 11,75 | 14,33 | 62,97 | 427,67 | 8,52 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| к/к | к/к | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) | 147 | 4,25 | 3,67 | 5,87 | 77,71 | 1,03 |
| Итого | | | 147 | 4,25 | 3,67 | 5,87 | 77,71 | 1,03 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0,52 | 2,63 | 3,08 | 37,99 | 1,44 |
| 2008 | 99 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ | 150/10 | 4,35 | 1,59 | 18,52 | 106,02 | 2,71 |
| 2008 | 239 | БИТОЧЕК РЫБНЫЙ | 70 | 10,85 | 8,63 | 10,03 | 161,02 | 0,16 |
| 2008 | 338 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ | 110 | 2,40 | 2,51 | 9,95 | 72,73 | 7,23 |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 148 | 0,74 | 0,00 | 10,81 | 45,93 | 254,81 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 21 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 40,80 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 569 | 21,66 | 16,16 | 71,19 | 516,89 | 266,35 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 298 | СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 40 | 9,84 | 10,29 | 1,70 | 138,82 | 0,00 |
| 2008 | 125 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 2,33 | 4,24 | 15,35 | 109,52 | 7,17 |
| 2008 | 405 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК *** | 180 | 0,12 | 0,11 | 19,26 | 79,09 | 1,10 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 21 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 40,80 | 0,00 |
| 2008 | | ГРУША СВЕЖАЯ | 94 | 0,36 | 0,27 | 9,36 | 42,70 | 1,87 |
| Итого | | | 455 | 13,95 | 15,11 | 54,17 | 410,93 | 10,14 |
| Всего | | | | 51,61 | 49,27 | 194,20 | 1 433,20 | 286,04 |

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.