



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25
/Поварова Л.Р./

МЕНЮ

20 декабря 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,92	4,86	13,01	103,51	0,00
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,14	2,02	2,40	32,23	1,69
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	10,29	17,71	0,61	202,98	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	0,24	0,00	7,29	30,12	0,05
Итого			400	13,59	24,59	23,31	368,84	1,74
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	99	1,48	0,49	20,70	94,65	9,86
Итого			99	1,48	0,49	20,70	94,65	9,86
Обед								
2008		ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	59	0,65	0,12	2,25	14,20	14,79
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	3,45	3,47	8,74	79,89	3,01
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	9,27	12,82	10,23	194,59	0,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,56	5,00	34,20	211,66	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,14	0,02	11,02	47,29	2,44
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	28	1,88	0,25	12,07	58,05	0,00
2008		БАТОН	30	2,27	0,88	15,58	79,41	0,00
Итого			677	25,22	22,56	94,09	685,09	20,24
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	30,21	13,80	26,45	415,31	0,33
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,25	1,87	5,45	39,70	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	19	1,46	1,90	14,46	81,02	0,00
Итого			418	31,92	17,57	46,36	536,03	0,33
Всего				72,21	65,21	184,46	1 684,61	32,17

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.



МЕНЮ

20 декабря 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,94	4,98	13,11	105,07	0,00
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,20	2,14	2,42	32,48	1,88
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	9,52	16,68	0,56	190,34	0,00
2014	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	170	0,20	0,00	7,05	29,00	0,04
Итого			360	12,86	23,80	23,14	356,89	1,92
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	94	1,41	0,47	19,70	90,06	9,38
Итого			94	1,41	0,47	19,70	90,06	9,38
Обед								
2008		ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	34	0,38	0,07	1,31	8,27	8,62
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/5/10	2,47	2,56	7,90	64,47	2,93
2008	314	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	6,81	9,32	7,48	141,67	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	100	1,55	1,87	11,81	70,64	5,67
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	149	0,74	0,00	10,85	46,06	255,54
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	23	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			541	14,75	14,62	58,15	424,31	272,76
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,13	10,29	20,68	316,98	0,24
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,25	1,86	5,44	39,48	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	19	1,46	1,90	14,46	81,02	0,00
Итого			378	24,84	14,05	40,58	437,48	0,24
Всего				53,86	52,94	141,57	1 308,74	284,30

Медицинская сестра _____

Базанова Л.Я.