

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25
Поварова Л.Р./



МЕНЮ
23 декабря 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,89	4,96	12,81	103,57	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,42	3,14	22,86	133,17	0,00
2014	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	0,40	0,25	5,14	24,68	0,00
Итого			340	5,71	8,35	40,81	261,42	0,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	103	0,41	0,41	10,06	48,24	10,26
Итого			103	0,41	0,41	10,06	48,24	10,26
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,31	0,04	0,65	4,97	1,91
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150	3,48	4,44	7,68	89,02	5,38
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	11,63	11,45	2,05	157,40	0,19
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	110	1,78	1,92	13,73	79,76	6,64
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ***	150	0,36	0,08	17,95	74,56	0,00
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			549	20,36	18,73	60,86	498,91	14,12
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,92	1,01	9,06	56,65	5,49
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	182	5,27	4,55	7,27	96,37	1,27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	3,10	2,81	30,12	156,48	2,47
Итого			373	11,59	8,57	54,95	350,30	9,23
Всего				38,07	36,06	166,68	1 158,87	33,61

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ № 25
/Поварова Л.Р./

МЕНЮ
23 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	1,88	4,78	12,77	101,71	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	4,20	3,43	28,16	160,16	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	0,44	0,27	8,38	37,92	0,00
Итого			400	6,52	8,48	49,31	299,79	0,00
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	108	0,43	0,43	10,56	50,67	10,78
Итого			108	0,43	0,43	10,56	50,67	10,78
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	57	0,46	0,06	0,98	7,46	2,87
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	3,23	4,11	8,44	87,58	5,75
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,45	4,93	18,72	129,66	9,06
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	15,43	15,29	2,64	209,57	0,25
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА*	180	0,35	0,08	20,74	85,64	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,73	0,23	11,05	53,19	0,00
2008		БАТОН	30	2,24	0,87	15,34	78,20	0,00
Итого			703	25,89	25,57	77,91	651,30	17,93
Уплотненный полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ПТИЦЫ	40	5,76	4,39	3,61	77,74	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,38	1,83	10,71	74,83	6,56
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	182	5,11	4,41	7,05	93,48	0,51
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,73	0,23	11,05	53,19	0,00
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	70	3,67	3,94	44,75	225,65	4,94
Итого			468	18,65	14,80	77,17	524,89	12,01
Всего				51,49	49,28	214,95	1 526,65	40,72

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.