

МЕНЮ

23 июля 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		
Завтрак								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,70	3,69	9,64	90,63	0,09
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,63	5,03	21,89	147,89	0,39
2014	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	170	1,36	1,03	8,39	48,55	0,26
Итого			350	9,69	9,75	39,92	287,07	0,74
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	94	0,37	0,27	9,44	43,09	1,89
Итого			94	0,37	0,27	9,44	43,09	1,89
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,32	3,23	36,87	1,52
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,31	3,92	6,79	78,15	3,76
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	40/30	11,49	6,68	0,36	121,74	9,08
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	100	0,02	2,50	0,03	22,68	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	15,90	63,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			566	18,23	16,22	45,11	416,24	14,36
Уплотненный полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,24	6,93	4,95
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	13,81	11,62	6,35	184,98	0,76
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,30	3,77	15,65	105,94	7,60
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	170	0,58	0,24	17,88	86,91	70,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	22	1,69	2,21	16,74	93,83	0,00
Итого			442	20,08	18,09	66,36	519,39	83,31
Всего				48,37	44,33	160,83	1 265,79	100,30

Медицинская сестра _____

Колтакова Т.А.

Утверждаю



№ Заведующий
ГБДОУ № 25-2
Поварова Л.Р.
Иванов И.И.

МЕНЮ
23 июля 2024 г.

Сад 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	7,04	5,54	14,48	136,01	0,13
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,40	5,83	26,93	178,44	0,47
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,45	1,07	9,25	52,62	0,27
Итого			405	12,89	12,44	50,66	367,07	0,87
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	101	0,40	0,30	10,36	47,25	5,03
Итого			101	0,40	0,30	10,36	47,25	5,03
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	3,84	4,83	57,10	2,26
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	3,04	4,22	7,50	84,09	3,93
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/50	12,90	7,50	0,40	136,70	10,20
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	155	0,02	2,44	0,02	22,13	0,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	183	0,00	0,00	0,00	0,00	1,46
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008		БАТОН	31	2,35	0,91	16,11	82,11	0,00
Итого			734	20,79	19,13	39,46	433,12	17,85
Уплотненный полдник								
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	70	13,50	11,12	6,45	179,71	0,78
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,15	5,19	21,32	145,08	10,35
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,59	0,24	18,85	91,06	71,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	22	1,69	2,21	16,74	93,83	0,00
Итого			442	20,25	18,94	71,84	550,47	82,35
Всего				54,33	50,81	172,32	1 397,91	106,10

Медицинская сестра

Колтакова Т.А.