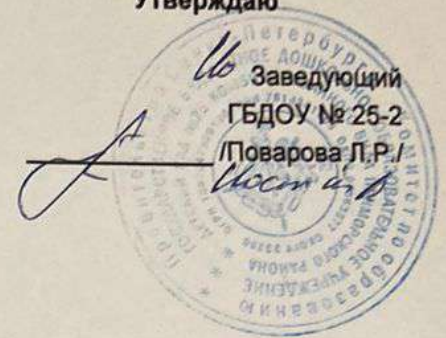


Утверждаю



МЕНЮ

26 июля 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		
Завтрак								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	6,96	5,49	14,17	133,98	0,13
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,25	6,22	23,83	173,24	0,67
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	180	1,51	1,08	9,37	53,47	0,28
Итого			405	13,72	12,79	47,37	360,69	1,08
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	96	0,86	0,19	7,77	41,25	57,56
Итого			96	0,86	0,19	7,77	41,25	57,56
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	72	0,80	0,14	2,75	17,39	18,11
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,74	4,92	12,28	113,98	4,94
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,20	12,17	25,06	258,74	11,79
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,80	0,24	11,50	55,32	0,00
2008		БАТОН	31	2,31	0,89	15,81	80,59	0,00
Итого			660	20,85	18,36	67,40	526,02	34,84
Уплотненный полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	160	3,77	5,74	16,16	132,17	4,14
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА)	180	5,23	4,50	7,57	97,30	0,54
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,80	0,24	11,50	55,32	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	70	8,86	5,44	31,96	222,41	0,12
Итого			457	22,14	18,16	67,33	537,85	4,80
Всего				57,57	49,50	189,87	1 465,81	98,28

Медицинская сестра _____

Колтакова Т.А.

Утверждаю

№ Заведующий

ГБДОУ № 25-2

/Поварова Л.Р./

МЕНЮ

26 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	4,30	3,37	9,00	83,57	0,08
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,69	7,56	20,25	169,18	1,52
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ И САХАРОМ	170	1,38	1,03	9,66	53,70	0,26
Итого			350	10,37	11,96	38,91	306,45	1,86
II Завтрак								
2008		АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	92	0,83	0,18	7,46	39,62	55,28
Итого			92	0,83	0,18	7,46	39,62	55,28
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	42	0,46	0,08	1,60	10,10	10,52
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	3,64	5,07	10,06	106,42	4,19
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,38	12,43	24,81	260,82	11,78
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,14	0,02	10,12	43,65	2,40
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			554	19,42	18,40	65,39	514,19	28,89
Уплотненный полдник								
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,53	2,75	12,97	87,52	3,18
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА)	179	5,20	4,49	7,54	96,90	0,54
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ И ИЗЮМОМ	65	8,72	6,21	21,26	183,37	0,09
Итого			386	17,75	13,65	50,27	408,59	3,81
Всего				48,37	44,19	162,03	1 268,85	89,84

Медицинская сестра _____

Колтакова Т.А.