

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ № 25-2  
Поварова Л.Р./



# МЕНЮ

27 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008		БАТОН	15	1,21	0,45	7,74	39,50	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,39	4,65	22,61	149,50	0,38
2014	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,62	2,16	8,69	65,50	0,41
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>13,18</b>	<b>11,75</b>	<b>39,31</b>	<b>315,79</b>	<b>0,79</b>
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	152	4,40	3,79	6,07	80,38	1,06
<b>Итого</b>			<b>152</b>	<b>4,40</b>	<b>3,79</b>	<b>6,07</b>	<b>80,38</b>	<b>1,06</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30	0,31	1,74	3,36	30,82	1,58
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,62	3,59	5,37	70,88	2,28
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	9,49	5,44	5,96	110,90	0,31
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	120	1,85	5,17	11,10	99,02	4,62
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ ***	150	0,76	0,05	15,48	66,00	0,24
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
<b>Итого</b>			<b>576</b>	<b>18,83</b>	<b>16,79</b>	<b>60,07</b>	<b>479,82</b>	<b>9,03</b>
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	22,54	10,12	20,30	310,07	0,25
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,98	2,64	6,92	56,47	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	178	5,45	4,73	9,00	100,49	2,67
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>373</b>	<b>30,47</b>	<b>19,45</b>	<b>51,15</b>	<b>550,43</b>	<b>3,05</b>
<b>Всего</b>				<b>66,88</b>	<b>51,78</b>	<b>156,61</b>	<b>1416,42</b>	<b>13,93</b>

Медицинская сестра

Колтакова Т.А.

Утверждаю



Л. Р. Заведующий  
ГБДОУ № 25-2  
Поварова Л.Р./  
Чернов И.И.

# МЕНЮ

27 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,50	2,26	0,14	30,88	0,00
2008		БАТОН	30	2,24	0,87	15,38	78,40	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,23	5,78	26,49	178,63	0,45
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,99	2,46	12,57	85,33	0,46
Итого			410	12,96	11,37	54,58	373,24	0,91
<b>II Завтрак</b>								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	182	5,27	4,55	7,27	96,36	1,27
Итого			182	5,27	4,55	7,27	96,36	1,27
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,60	3,13	5,58	54,05	1,76
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	3,24	4,19	5,85	78,05	2,38
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,73	6,12	7,07	126,33	0,34
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	160	2,71	7,70	15,91	145,03	6,39
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ ***	180	1,01	0,06	22,60	95,80	0,32
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,74	0,23	11,16	53,67	0,00
2008		БАТОН	30	2,24	0,87	15,38	78,40	0,00
Итого			716	22,27	22,30	83,55	631,33	11,19
<b>Уплотненный полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	165	29,42	13,16	28,19	410,77	0,32
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,97	2,49	6,71	53,30	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	178	5,25	4,53	8,69	97,75	0,97
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,02	3,95	29,98	168,06	0,00
Итого			433	38,66	24,13	73,57	729,88	1,42
Всего				79,16	62,35	218,97	1 830,81	14,79

Медицинская сестра

Колтакова Т.А.