

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25-2
Поварова Л.Р./**МЕНЮ**
29 августа 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,51	2,27	0,14	31,02	0,00
2008		БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	160	5,39	6,49	22,29	169,68	0,42
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,63	4,58	19,22	141,80	0,98
Итого			390	15,78	14,21	57,07	421,10	1,40
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА)	180	5,22	4,50	7,55	97,12	0,54
Итого			180	5,22	4,50	7,55	97,12	0,54
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,61	3,07	5,63	53,76	3,15
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	3,40	4,59	8,80	95,18	3,09
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,53	4,51	20,43	132,58	10,32
2008	245	ТЕФТЕЛЯ РЫБНАЯ	80	17,33	8,58	10,77	189,31	0,73
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	188	0,00	0,00	0,00	0,00	3,76
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,63	0,22	10,42	50,15	0,00
2008		БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			693	27,75	21,84	71,47	599,58	21,05
Уплотненный полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	88	0,71	0,09	2,21	12,37	8,83
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	11,51	12,46	8,26	191,87	0,52
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК ***	180	0,12	0,11	21,65	88,60	1,07
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,63	0,22	10,42	50,15	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	8,84	3,95	35,04	218,40	0,10
Итого			493	22,81	16,83	77,58	561,39	10,52
Всего				71,56	57,38	213,67	1 679,19	33,51

Медицинская сестра

Колтакова Т.А.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25-2
/Поварова Л.Р./**МЕНЮ**
29 августа 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,80	4,40	0,20	61,00	0,00
2008		БАТОН	20	1,61	0,60	10,29	52,53	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,15	6,35	21,00	162,19	0,40
2014	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	5,09	4,06	14,59	116,40	0,87
Итого			370	16,65	15,41	46,08	392,12	1,27
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (РЯЖЕНКА)	150	4,36	3,76	6,31	81,19	0,45
Итого			150	4,36	3,76	6,31	81,19	0,45
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30	0,31	1,32	3,82	28,92	1,62
2008	76	БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,66	4,90	7,47	94,44	2,73
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	70	15,17	7,14	9,99	164,48	0,63
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,13	3,93	17,28	113,16	8,72
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	15	1,20	0,45	7,70	39,30	0,00
Итого			565	23,77	17,94	70,66	544,70	13,70
Уплотненный полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,32	0,00	0,96	5,60	4,00
2008	308	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,37	14,54	10,06	225,40	0,59
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК ***	180	0,12	0,11	19,19	78,85	1,10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	65	8,43	3,69	29,66	192,01	0,09
Итого			466	23,54	18,54	68,37	542,66	5,78
Всего				68,32	55,65	191,42	1 560,67	21,20

Медицинская сестра

Колтакова Т.А.