

Утверждаю



МЕНЮ
23 сентября 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,28	4,59	22,57	134,45	8,13
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,29	5,48	25,93	174,62	0,38
2014	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	5,10	4,08	15,24	119,20	0,88
Итого			350	11,67	14,15	63,74	428,27	9,39
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	151	4,37	3,76	6,02	79,78	1,05
Итого			151	4,37	3,76	6,02	79,78	1,05
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,37	3,26	36,48	1,52
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,52	1,76	19,10	110,57	2,77
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	70	10,99	8,77	10,29	163,83	0,17
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,39	2,60	9,79	72,75	7,23
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	147	0,73	0,00	10,71	45,47	252,27
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			568	21,98	16,30	71,95	522,30	263,96
Уплотненный полдник								
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40	10,32	10,56	1,62	142,84	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,38	4,44	15,65	112,63	7,32
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК ***	180	0,12	0,11	19,72	80,90	1,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	92	0,36	0,27	9,18	41,86	1,84
Итого			453	14,48	15,58	54,67	419,03	10,24
Всего				52,50	49,79	196,38	1 449,38	284,64

Медицинская сестра

Л.Я.

Базанова Л.Я.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25
Говарова Л.Р.

МЕНЮ
23 сентября 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,75	3,13	22,41	123,15	6,12
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	6,33	6,36	30,92	206,96	0,46
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	5,70	4,59	19,11	141,74	0,98
Итого			400	13,78	14,08	72,44	471,85	7,56
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	181	5,24	4,52	7,23	95,74	1,26
Итого			181	5,24	4,52	7,23	95,74	1,26
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,48	4,87	54,10	2,28
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180	4,96	2,00	19,96	117,90	3,17
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	12,50	9,69	11,72	183,79	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	160	3,63	6,27	15,50	133,85	10,44
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	177	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,77	0,24	11,35	54,60	0,00
2008		БАТОН	30	2,22	0,86	15,18	77,39	0,00
Итого			714	25,91	22,54	78,58	621,63	16,08
Уплотненный полдник								
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40	10,28	10,62	1,64	143,41	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,96	5,56	19,59	140,95	9,17
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК ***	180	0,12	0,11	22,99	93,95	1,08
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,77	0,24	11,35	54,60	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	22	1,62	2,11	16,02	89,81	0,00
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	97	0,39	0,29	9,94	45,36	4,83
Итого			516	17,14	18,93	81,53	568,08	15,08
Всего				62,07	60,07	239,78	1 757,30	39,98

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.