



Заведующий
ГБОУ № 25
Поварова Л.Р./

МЕНЮ
30 сентября 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,92	5,02	12,99	104,92	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,18	5,00	24,51	164,13	0,38
2014	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,61	2,15	8,88	66,10	0,41
Итого			340	9,71	12,17	46,38	335,15	0,79
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95	0,38	0,38	9,28	44,53	9,4
Итого			95	0,38	0,38	9,28	44,53	9,4
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	39	0,31	0,04	0,66	5,03	1,9
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150	3,50	4,61	8,21	92,96	5,5
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	11,98	12,34	2,47	168,65	0,2
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,15	2,25	14,36	86,84	6,7
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА ***	150	0,34	0,08	17,44	72,39	0,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,1
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,1
Итого			550	21,08	20,12	61,94	519,07	14,1
Уплотненный полдник								
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,85	1,07	8,73	55,78	5,1
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	181	5,26	4,53	7,25	96,06	1,1
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,1
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	50	2,96	3,06	28,36	150,99	2,1
Итого			372	11,37	8,86	52,84	343,63	9,4
Всего				42,54	41,53	170,44	1 242,38	34,6

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.

Базанова Л.Я.



Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ № 25
/Поварова Л.Р./

МЕНЮ

30 сентября 2024 г.

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,92	4,89	12,99	103,66	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	6,33	5,53	30,24	196,54	0,46
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,96	2,44	12,59	85,05	0,46
Итого			400	11,21	12,86	55,82	385,25	0,92
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Итого			100	0,40	0,40	9,78	46,92	9,98
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	58	0,46	0,06	0,99	7,54	2,90
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	3,24	4,14	8,59	88,39	5,81
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,95	5,45	19,55	139,69	9,14
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	15,94	15,86	3,18	218,89	0,35
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА*	180	0,33	0,07	20,45	84,36	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,76	0,23	11,27	54,24	0,00
2008		БАТОН	30	2,26	0,87	15,50	78,99	0,00
Итого			705	26,94	26,68	79,53	672,10	18,20
Уплотненный полдник								
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ПТИЦЫ	40	5,59	4,25	4,13	77,97	0,05
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,32	1,84	10,28	73,26	6,55
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	181	5,10	4,39	7,03	93,18	0,51
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,76	0,23	11,27	54,24	0,00
2008	249	ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ	70	3,56	4,21	42,44	218,68	5,00
Итого			468	18,33	14,92	75,15	517,33	12,11
Всего				56,88	54,86	220,28	1 621,60	41,21

Медицинская сестра _____

Базанова Л.Я.