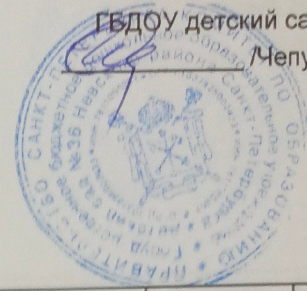


МЕНЮ

26 декабря 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	31	3,30	4,18	7,14	63,24	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	3,03	5,63	23,81	157,00	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	186	3,91	3,30	16,07	110,21	0,62
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			422	13,21	15,48	50,21	376,45	1,12
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	174	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Итого			174	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	7,41	6,12	94,45	3,91
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,52	6,51	8,71	114,42	8,45
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	79	10,48	6,58	6,97	128,97	0,33
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	73	14,46	0,54	0,17	63,14	0,46
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	152	2,18	2,11	9,96	74,61	6,66
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (аллергики)	165	2,42	5,63	12,20	110,08	17,43
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			732	21,58	23,56	63,66	563,45	19,35
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	136	24,72	16,09	21,21	335,46	0,27
2008	192	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ (аллергики)	140	5,57	10,88	29,60	238,33	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	6,30	4,20	10,29	103,85	1,16
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергики)	180	0,14	0,14	9,87	42,21	1,44
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	98	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	99	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			474	34,10	23,49	65,00	588,31	16,63
Всего				69,85	62,77	196,67	1 606,21	38,54

Утверждаю

И.о. Заведующего
ГБДОУ детский сад № 36/73
Челурина Т.А./



МЕНЮ

26 декабря 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	31	3,30	4,18	7,14	63,24	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,91	3,30	16,07	110,21	0,62
Итого			371	12,21	14,78	41,51	331,45	1,02
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	153	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			153	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,64	6,07	4,75	76,23	4,12
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,37	6,50	8,59	113,27	7,52
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	59	7,45	3,92	14,79	111,69	0,20
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	122	2,02	1,62	7,88	54,04	4,24
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			581	17,21	18,81	61,34	474,16	16,88
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	103	18,81	12,18	16,18	255,09	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	158	4,62	3,15	7,67	77,91	0,84
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	98	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			379	27,03	19,13	46,25	465,40	16,24
Всего				56,45	52,72	149,10	1 271,01	34,14