



МЕНЮ

18 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	155	1,73	4,25	22,83	136,38	0,00
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого			371	7,04	10,20	36,30	249,70	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	0,76	0,15	15,39	65,51	3,05
Итого			152	0,76	0,15	15,39	65,51	3,05
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	37	0,51	2,20	3,02	33,84	1,41
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,67	6,40	7,96	107,51	4,05
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	56	9,52	4,76	1,71	87,42	0,37
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	57	8,32	11,28	8,02	166,68	0,28
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	121	3,20	2,70	15,50	97,40	0,00
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	8,03	33,76	0,58
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			569	19,82	16,85	54,62	450,93	6,41
Полдник								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	113	13,16	12,41	12,69	135,36	6,49
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,74	0,04	12,40	53,57	0,24
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	52	4,54	3,84	30,17	173,27	0,00
Итого			367	19,74	16,41	62,66	398,80	8,33
Всего				47,36	43,61	168,97	1 164,94	19,15



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 36/73

/Чепурина Т.А./

МЕНЮ

18 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	41	1,96	2,88	21,73	93,42	2,47
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	2,07	5,63	24,80	158,16	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			432	7,06	9,68	58,03	359,42	2,97
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	183	0,91	0,18	18,45	78,53	3,65
	TK№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА (аллергики)	180	0,37	0,08	17,09	71,23	0,00
Итого			183	0,91	0,18	18,45	78,53	3,65
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	47	0,65	2,91	3,80	43,94	1,78
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,02	7,06	10,57	125,03	5,42
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	4,66	7,52	10,36	128,20	5,45
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	9,65	11,24	2,47	149,54	0,38
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	66	9,91	14,18	10,65	209,66	0,33
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	131	2,53	0,51	20,00	94,94	18,18
	TK№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,10	9,35	39,32	0,69
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			707	22,04	25,66	69,09	596,63	8,27
Полдник								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	141	16,45	15,51	15,89	203,32	8,08
	TK№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,91	0,05	14,85	64,30	0,29
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,32	3,43	30,18	168,69	0,00
Итого			438	24,02	19,23	74,64	503,11	9,97
Всего				54,02	54,75	220,24	1452,60	24,86