

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25
/Поварова Л.Р./



МЕНЮ

9 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,31	4,59	23,72	139,10	8,67
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,11	5,40	25,16	170,02	0,37
2014	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	155	4,87	3,94	14,93	115,69	0,84
Итого			345	11,29	13,93	63,81	424,81	9,88
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	149	4,33	3,74	5,98	79,20	1,05
Итого			149	4,33	3,74	5,98	79,20	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	4,55	1,76	19,41	111,95	2,76
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	70	8,89	6,13	10,06	130,75	0,18
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	2,40	2,58	9,98	73,48	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	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			569	19,92	13,64	72,22	491,33	263,96
Уплотненный полдник								
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40	10,17	10,29	0,98	136,95	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,36	4,42	15,62	112,28	7,31
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК ***	180	0,12	0,11	20,23	83,01	1,12
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	104	0,41	0,30	10,37	47,33	2,08
Итого			465	14,36	15,32	55,70	420,37	10,51
Всего				49,90	46,63	197,71	1 415,71	285,40

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.

Базанова Л.Я.



МЕНЮ
9 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	1,81	3,21	23,48	128,38	6,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	180	3,75	4,22	26,34	158,29	0,00
2014	270	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	175	5,47	4,42	19,16	139,59	0,95
Итого			395	11,03	11,85	68,98	426,26	7,45
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	179	5,20	4,48	7,17	95,03	1,26
Итого			179	5,20	4,48	7,17	95,03	1,26
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	3,45	4,88	53,78	2,28
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180	4,98	1,99	20,12	118,45	3,17
2008	239	БИТОЧЕК РЫБНЫЙ	80	10,11	6,71	11,42	146,28	0,21
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	160	2,86	5,59	14,38	119,90	10,34
2008	442	СОК	175	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,73	0,23	11,06	53,20	0,00
2008		БАТОН	31	2,31	0,89	15,81	80,57	0,00
Итого			712	22,82	18,86	77,67	572,18	16,00
Уплотненный полдник								
2008	298	СУФЛЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	40	10,17	10,48	0,98	138,77	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,45	5,17	18,75	131,94	9,07
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК ***	180	0,12	0,11	23,39	95,65	1,12
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,73	0,23	11,06	53,20	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
2008		ГРУША СВЕЖАЯ	109	0,44	0,33	11,23	51,26	5,45
Итого			525	16,41	18,28	80,29	554,22	15,64
Всего				55,46	53,47	234,11	1 647,69	40,35

Медицинская сестра _____

Базанова Л.Я.