

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25
/Поварова Л.Р./



МЕНЮ

16 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 | 1,95 | 5,03 | 13,20 | 105,97 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 5,54 | 5,07 | 26,41 | 173,88 | 0,39 |
| 2014 | 433 | КАКАО С МОЛОКОМ | 160 | 2,74 | 2,25 | 8,98 | 68,06 | 0,42 |
| Итого | | | 340 | 10,23 | 12,35 | 48,59 | 347,91 | 0,81 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 95 | 0,38 | 0,38 | 9,35 | 44,86 | 9,54 |
| Итого | | | 95 | 0,38 | 0,38 | 9,35 | 44,86 | 9,54 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 43 | 0,34 | 0,04 | 0,73 | 5,58 | 2,15 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150 | 3,68 | 4,84 | 8,35 | 96,72 | 6,07 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 60 | 12,02 | 12,74 | 2,74 | 173,42 | 0,27 |
| 2008 | 125 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 110 | 2,15 | 2,25 | 14,36 | 86,84 | 6,71 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА *** | 150 | 0,34 | 0,08 | 17,44 | 72,39 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 22 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 40,80 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 20 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 555 | 21,33 | 20,75 | 62,42 | 528,15 | 15,20 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | 2,22 | 1,27 | 12,17 | 73,16 | 6,86 |
| к/к | к/к | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) | 179 | 5,20 | 4,48 | 7,17 | 95,04 | 1,26 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 22 | 1,30 | 0,20 | 8,50 | 40,80 | 0,00 |
| 2008 | 249 | ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ | 50 | 3,17 | 3,47 | 29,16 | 158,75 | 2,42 |
| Итого | | | 371 | 11,89 | 9,42 | 57,00 | 367,75 | 10,54 |
| Всего | | | | 43,83 | 42,90 | 177,36 | 1 288,67 | 36,09 |

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 25

/Поварова Л.Р./

МЕНЮ

16 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 | | | | | | | | |
| 2014 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,95 | 4,87 | 13,19 | 104,43 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 190 | 6,80 | 5,60 | 32,72 | 208,90 | 0,47 |
| 2014 | 272 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,05 | 2,51 | 12,67 | 86,43 | 0,47 |
| Итого | | | 400 | 11,80 | 12,98 | 58,58 | 399,76 | 0,94 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,84 | 47,20 | 10,04 |
| Итого | | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,84 | 47,20 | 10,04 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 64 | 0,51 | 0,06 | 1,09 | 8,37 | 3,22 |
| 2008 | 76 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 180 | 3,38 | 4,28 | 8,71 | 91,18 | 6,10 |
| 2008 | 125 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 150 | 2,96 | 5,35 | 19,61 | 139,23 | 9,18 |
| 2012 | 268 | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ | 80 | 15,94 | 16,15 | 3,49 | 222,54 | 0,36 |
| 2008 | 401 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА* | 180 | 0,34 | 0,08 | 20,41 | 84,23 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 27 | 1,77 | 0,24 | 11,34 | 54,56 | 0,00 |
| 2008 | | БАТОН | 31 | 2,30 | 0,89 | 15,76 | 80,35 | 0,00 |
| Итого | | | 712 | 27,20 | 27,05 | 80,41 | 680,46 | 18,86 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 308 | ФРИКАДЕЛЬКА ИЗ ПТИЦЫ | 40 | 6,00 | 4,60 | 4,17 | 82,92 | 0,05 |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 150 | 2,68 | 2,11 | 13,37 | 89,80 | 7,73 |
| к/к | к/к | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР) | 179 | 5,04 | 4,35 | 6,95 | 92,19 | 0,50 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 27 | 1,77 | 0,24 | 11,34 | 54,56 | 0,00 |
| 2008 | 249 | ВАТРУШКА С ДЖЕМОМ | 70 | 3,82 | 4,58 | 43,07 | 225,69 | 4,78 |
| Итого | | | 466 | 19,31 | 15,88 | 78,90 | 545,16 | 13,06 |
| Всего | | | | 58,71 | 56,31 | 227,73 | 1 672,58 | 42,90 |

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.