

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 25
/Поварова Л.Р./

МЕНЮ
19 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008		БАТОН	15	1,21	0,45	7,74	39,50	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,22	4,92	20,95	144,70	0,38
2014	433	КАКАО С МОЛОКОМ	160	2,63	2,17	8,39	64,47	0,42
Итого			365	13,02	12,03	37,35	309,96	0,80
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	151	4,37	3,76	6,02	79,78	1,05
Итого			151	4,37	3,76	6,02	79,78	1,05
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	30	0,31	1,74	2,89	28,94	1,61
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,08	3,79	6,70	80,33	13,10
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	70	11,51	8,08	6,40	144,35	0,28
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	120	2,03	5,04	11,00	98,27	7,10
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ ***	150	0,74	0,04	14,68	62,68	0,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	19	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			574	21,47	19,49	60,47	507,77	22,33
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	22,91	10,62	20,46	318,08	0,25
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,96	2,50	6,31	51,75	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,50	4,78	9,09	101,50	2,70
2008		ПЕЧЕНЬЕ	21	1,55	2,03	15,38	86,18	0,00
Итого			380	30,92	19,93	51,24	557,51	3,08
Всего				69,78	55,21	155,08	1 455,02	27,26

Медицинская сестра

Базанова Л.Я.

Утверждаю



МЕНЮ

19 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	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2008		БАТОН	31	2,30	0,89	15,74	80,21	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,02	5,88	24,79	171,94	0,46
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	2,98	2,45	12,03	82,99	0,46
Итого			411	12,78	11,46	52,70	365,79	0,92
II Завтрак								
к/к	к/к	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ (КЕФИР)	181	5,24	4,52	7,23	95,74	1,26
Итого			181	5,24	4,52	7,23	95,74	1,26
Обед								
к/к	к/к	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЯБЛОКОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,61	3,14	5,62	54,18	1,77
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	3,38	4,47	6,08	82,62	9,03
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	13,10	9,28	7,07	164,15	0,32
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	160	2,92	7,81	15,73	146,02	10,37
2008	401	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ ***	180	0,99	0,06	21,51	91,36	0,32
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,61	0,21	10,34	49,74	0,00
2008		БАТОН	31	2,30	0,89	15,74	80,21	0,00
Итого			715	24,91	25,86	82,09	668,28	21,81
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	170	29,88	13,55	26,60	411,69	0,32
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,95	2,55	6,24	51,82	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,30	4,57	8,77	98,65	0,98
2008		ПЕЧЕНЬЕ	41	3,10	4,06	30,79	172,58	0,00
Итого			440	39,23	24,73	72,40	734,74	1,43
Всего				82,16	66,57	214,42	1 864,55	25,42

Медицинская сестра _____

Базанова Л.Я.