

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 125

/Булах Г.В./

МЕНЮ

11 ноября 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,50	2,25	16,92	72,80	1,93
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	7,72	9,35	43,32	298,80	2,83
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	139	0,69	0,14	14,03	59,72	0,00
Итого			139	0,69	0,14	14,03	59,72	0,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,29	4,52	18,61	132,56	2,79
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	55	7,63	2,58	4,48	71,57	0,16
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,68	4,47	11,76	98,66	7,83
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,71	86,92	0,89
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			550	17,10	12,29	68,66	465,61	13,27
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,05	10,41	9,41	171,39	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,33	4,02	15,44	107,70	7,20
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			364	14,48	15,05	45,95	377,39	8,00
Всего				39,99	36,83	171,96	1 201,52	24,10

Медицинская сестра

Корнеева В.И.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 125
/Булах Г.В./**МЕНЮ**

11 ноября 2024 г.

Сад 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,27	0,47	17,67	78,64	5,22
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,02	0,29	26,16	115,28	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
Итого			415	11,27	11,17	65,37	389,04	6,22
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	167	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			167	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,58	4,59	19,72	138,90	3,06
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	2,83	9,10	7,03	121,28	3,56
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	75	8,08	15,30	7,51	153,24	0,19
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	175	17,75	21,20	16,22	326,53	8,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,61	2,88	11,09	81,16	8,34
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	12,65	52,59	1,07
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			689	19,37	23,83	75,77	549,89	14,66
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	65	12,00	12,10	9,79	99,84	0,00
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	65	9,97	11,00	0,00	138,65	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,90	3,12	19,35	117,66	9,06
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (аллергики)	150	2,04	0,41	16,61	78,42	8,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,27	0,17	8,15	39,19	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,29	3,57	30,42	170,56	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			564	28,80	23,49	75,72	637,65	12,36
Всего				59,44	58,49	216,86	1 576,58	33,24

Медицинская сестра

Корнеева В.И.