

Утверждаю

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

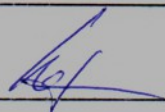
МЕНЮ

13 ноября 2024 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	3,18	4,02	6,86	60,76	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	35	1,08	1,89	2,16	29,16	1,67
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	95	9,79	13,23	1,82	88,58	0,16
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
Итого			340	17,85	22,34	26,44	285,50	2,43
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	140	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			140	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	0,04	3,18	33,32	1,11
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,39	4,89	10,35	101,36	4,08
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,11	2,34	9,23	101,95	0,40
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	105	1,75	3,98	11,06	86,33	4,66
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	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	18,99	11,87	53,72	478,26	10,25
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	37	4,56	4,19	0,28	58,59	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1,96	1,57	7,64	52,43	4,12
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	25	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			462	15,30	13,90	52,25	398,52	4,52
Всего				52,74	48,61	147,91	1 232,78	20,20

Медицинская сестра



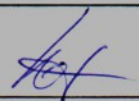
Корнеева В.И.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 125
/Булах Г.В./**МЕНЮ**
13 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,18	4,02	6,86	60,76	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	45	1,35	2,43	2,70	36,45	1,98
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	145	14,64	19,96	2,76	141,61	0,19
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,02	0,29	26,16	115,28	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,05	0,00	7,38	29,63	0,01
Итого			400	22,97	29,61	27,92	345,82	2,77
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	139	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			139	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,98	41,70	1,51
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,51	5,07	11,49	108,07	4,58
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	2,06	1,17	7,03	46,88	3,56
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,83	2,69	10,68	117,76	0,49
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	175	9,89	9,72	14,56	185,23	7,36
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	145	2,33	5,43	15,13	118,15	6,40
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,38	0,09	16,72	69,79	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,98	0,26	12,68	60,99	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			715	23,34	14,34	83,58	582,46	12,98
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	37	4,56	4,19	0,28	56,64	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,16	1,96	9,60	86,24	5,78
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	150	2,01	0,22	9,60	49,20	9,73
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,98	0,26	12,68	60,99	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	41	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,11	0,05	16,24	63,66	0,21
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			548	15,41	13,96	86,50	547,03	6,29
Всего				62,32	58,41	213,50	1 545,81	25,04

Медицинская сестра



Корнеева В.И.