

Утверждаю



ГБДОУ Д/С 40
Губичева Т.А./

МЕНЮ

3 мая 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,59	7,31	10,60	73,14	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			360	9,39	11,61	42,70	278,14	2,30
II Завтрак								
		АПЕЛЬСИНЫ	153	1,38	0,31	12,43	66,00	92,10
Итого			153	1,38	0,31	12,43	66,00	92,10
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,35	1,22	37,23	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,94	3,59	10,47	93,96	5,20
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	13,57	9,91	25,07	243,78	11,84
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,81	1,21	15,05	0,00
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,75	0,04	12,17	52,70	0,24
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			552	21,80	16,90	60,77	494,35	17,38
Полдник								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	52	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,24	6,77	23,33	193,92	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,18	3,22	21,03	138,52	0,04
Итого			398	12,09	10,22	59,76	404,44	6,04
Всего				44,66	39,04	175,66	1 242,93	117,82

Халмерзаева Р.Р.

Утверждаю



ГБОУ Д/С 40
Публичева Т.А./

МЕНЮ

3 мая 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	2,42	4,10	10,19	96,60	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			420	11,82	16,90	50,59	382,60	1,30
II Завтрак								
	ТК № 002	АПЕЛЬСИНЫ	153	1,38	0,31	12,43	66,00	92,09
Итого			153	1,38	0,31	12,43	66,00	92,09
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	6,15	4,28	11,85	110,83	6,03
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	22,44	16,57	26,43	344,21	11,86
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,00	2,00	3,00	37,30	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,90	0,05	14,62	63,32	0,29
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			753	34,87	26,75	80,90	718,26	20,08
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	52	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,41	8,57	29,48	246,84	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,77	5,59	30,07	206,45	0,05
Итого			465	14,90	14,26	69,97	501,29	6,25
Всего				62,97	58,22	213,89	1 668,15	119,72

Халмерзаева Р.Р.