

Утверждаю

Заведующий

ББДОУ детский сад № 116

Солоницына Р.Р./



# МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	210	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	210	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>12,59</b>	<b>17,70</b>	<b>50,60</b>	<b>349,00</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	181	0,96	0,24	17,80	78,00	2,90
2012	392	ЧАЙ (аллергии)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>181</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>2,90</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	53	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	1,79	2,39	12,99	82,92	6,95
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10	1,66	1,77	12,83	74,09	6,91
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	18,82	8,23	7,56	181,44	13,55
2012	34	ПЕЧЕНЬ ОТВАРНАЯ (аллергии)	80	19,00	8,31	7,63	183,17	13,67
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,38	6,64	13,15	127,31	9,84
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (аллергии)	150	2,50	5,10	12,93	108,76	17,35
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	170	0,77	0,05	17,65	74,68	0,24
2012	392	ЧАЙ (аллергии)	180/6	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>719</b>	<b>28,06</b>	<b>18,30</b>	<b>78,25</b>	<b>600,45</b>	<b>32,58</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,70	9,00	16,10	221,00	0,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	53	2,70	4,60	17,50	119,40	9,00
2012	277	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергии)	45	6,46	8,02	10,58	139,73	0,71
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,90	2,30	6,50	39,00	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	5,94	3,96	9,70	97,91	1,09
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	200	0,00	0,00	9,32	37,74	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	108	0,87	0,22	8,13	41,20	41,20
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	101	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,35	8,26	35,26	232,55	0,00
<b>Итого</b>			<b>517</b>	<b>29,76</b>	<b>23,74</b>	<b>75,69</b>	<b>631,66</b>	<b>42,59</b>
<b>Всего</b>				<b>71,37</b>	<b>59,98</b>	<b>222,34</b>	<b>1 659,11</b>	<b>79,07</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Ломаченко И.В.