

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 116

Солоницына Р.Р./



# МЕНЮ

31 января 2025 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,36	6,83	9,90	68,31	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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,16</b>	<b>11,13</b>	<b>42,00</b>	<b>273,31</b>	<b>2,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ГРУША СВЕЖАЯ	147	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>147</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,59	2,25	1,18	35,77	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,40	1,80	9,40	67,40	5,20
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	150/15	1,27	1,70	9,88	59,99	4,92
2016	308	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	140	11,56	16,09	23,33	284,64	10,99
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	140	3,67	5,47	26,50	170,39	13,06
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,79	1,19	14,75	0,00
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>541</b>	<b>17,78</b>	<b>21,13</b>	<b>51,53</b>	<b>539,19</b>	<b>16,29</b>
<b>Полдник</b>								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,20	6,70	23,10	191,98	0,10
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	120	3,17	2,67	15,35	96,43	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	5,68	2,98	19,40	127,41	0,03
<b>Итого</b>			<b>394</b>	<b>11,55</b>	<b>9,91</b>	<b>57,90</b>	<b>391,39</b>	<b>6,03</b>
<b>Всего</b>				<b>39,09</b>	<b>42,67</b>	<b>166,93</b>	<b>1 274,39</b>	<b>27,62</b>

Медицинская сестра

*И.В. Ломаченко*

Ломаченко И.В.