

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 22

Л.Н. Чаплинская/



МЕНЮ
28 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	2,14	5,83	3,53	75,57	0,39
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (аллергики)	155	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,08	0,00	0,16	0,92	0,02
Итого			371	5,46	9,93	10,69	138,49	0,41
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	132	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50	0,10
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	2,58	6,45	0,55	70,63	0,31
2008	89	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/15	2,57	6,13	0,29	66,61	0,20
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	8,53	12,21	2,36	153,32	0,34
2008	314	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	60	7,18	15,64	5,03	189,32	0,26
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,45	3,70	27,08	159,60	0,00
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,13	0,10	3,18	14,52	0,64
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			575	19,09	25,46	54,77	525,57	1,39
Полдник								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	10,27	11,16	0,46	143,23	0,34
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,02	3,42	24,75	145,88	0,00
Итого			361	15,59	14,70	32,61	325,71	1,94
Всего				40,14	50,09	98,07	989,77	3,74