

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №35
/Соколова М.А./



МЕНЮ
21 ноября 2024 г.

Сад 10 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	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,08	8,20	27,40	208,00	0,50
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
Итого			415	13,12	15,50	50,00	377,00	1,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00	0,00
Итого			180	0,90	0,00	22,86	99,00	0,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	7,40	6,09	94,24	3,86
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	215	4,33	6,56	8,91	114,93	5,93
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,41	5,82	6,92	121,62	0,35
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,20	1,95	9,76	71,90	5,92
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	186	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			731	21,34	22,68	60,99	542,91	16,06
Полдник								
	ТК № 018	ПЕЧЕНЬЕ	40	3,04	4,00	34,70	146,00	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,90	4,00	9,80	99,00	1,11
Итого			340	9,74	8,20	52,00	283,00	16,31
Всего				45,10	46,38	185,85	1 301,91	33,47

Мед. сестра _____

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №35

/Соколова М.А./

МЕНЮ

21 ноября 2024 г.

Сад 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 МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
Итого			415	13,04	15,30	49,60	372,00	1,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00	0,00
Итого			180	0,90	0,00	22,86	99,00	0,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	7,65	6,10	96,55	3,87
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,23	6,40	8,03	109,41	5,46
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,30	5,41	20,50	168,30	0,41
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,23	2,00	10,10	73,92	5,92
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	5,72	22,87	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			731	21,16	22,41	73,95	588,05	15,66
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,01	11,83	20,93	283,30	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			460	32,09	19,03	64,23	531,20	16,50
Всего				67,19	56,74	210,64	1 590,25	33,26

Мед. сестра _____