

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №36 (корпус 2)
/Якушева И.К./**МЕНЮ**

3 июля 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	30	3,91	3,65	10,28	90,28	0,07
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	200	3,61	5,81	18,02	138,71	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	0,20	1,20	0,02
Итого			415	13,11	14,45	50,88	370,28	1,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			182	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,23	4,71	12,22	110,88	6,31
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200/10/5	0,74	3,69	2,12	45,02	7,27
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,84	9,31	2,73	181,28	12,90
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	80	1,87	0,27	19,74	88,83	0,00
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,38	6,78	13,24	129,25	9,27
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,91	0,05	31,81	132,09	0,29
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			729	28,66	21,84	86,90	687,60	30,77
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,88	9,09	16,26	223,21	0,20
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	99	3,56	0,42	22,80	109,28	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,95	2,45	6,62	52,55	0,13
2008		АПЕЛЬСИН	106	0,95	0,21	8,59	45,62	63,66
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	101	0,40	0,40	9,92	47,56	10,12
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,40	7,10	28,80	132,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	196	5,88	3,92	9,60	96,92	1,08
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,15	0,00	11,20	45,34	0,03
Итого			512	30,06	22,77	69,87	550,30	65,07
Всего				72,73	59,24	225,47	1 685,58	100,51

Медицинская сестра _____

Утверждаю

Заведующего
ГБДОУ №36 (корпус 2)
/Якушева И.К./

МЕНЮ

3 июля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,90	3,63	10,28	90,02	0,07
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	11,30	11,03	42,58	309,12	2,17
II Завтрак								
2008	442	СОК РАННЕГО РАЗВИТИЯ ПЕРСИКОВЫЙ	145	0,42	0,00	24,75	102,00	9,00
Итого			145	0,42	0,00	24,75	102,00	9,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,22	4,62	11,84	108,57	6,39
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	10,37	5,71	1,81	112,05	8,07
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,37	6,60	13,28	127,59	9,26
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,79	0,05	26,98	112,14	0,25
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			599	21,25	17,78	75,81	569,35	25,57
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,63	7,52	13,29	182,31	0,16
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	148	4,31	2,94	7,15	72,72	0,78
2008		АПЕЛЬСИН	106	0,96	0,21	8,61	45,70	63,76
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,74	6,14	24,96	156,31	0,00
Итого			384	23,64	16,81	54,01	457,04	64,70
Всего				56,61	45,62	197,15	1 437,51	101,44

Медицинская сестра _____