

Утверждаю

Заведующего  
ГБДОУ №36 (корпус 2)  
/Якушева И.К./**МЕНЮ**  
4 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии)	205	3,58	1,80	22,82	121,78	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	200	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,74</b>	<b>16,20</b>	<b>44,10</b>	<b>357,00</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
<b>Итого</b>			<b>103</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,02</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,11	6,30	7,78	106,50	5,15
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С , ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (аллергии)	200/10/10	3,08	2,02	2,32	40,18	7,35
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	85	15,73	0,54	0,00	176,55	0,64
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	80	23,34	20,08	0,00	273,57	0,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,96	1,15	14,21	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	5,06	21,34	143,91	10,36
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	151	2,50	0,50	20,40	96,35	10,32
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>758</b>	<b>26,99</b>	<b>13,66</b>	<b>60,59</b>	<b>587,07</b>	<b>18,25</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,23	12,48	12,76	223,47	18,02
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (аллергии)	200	17,40	22,37	13,04	324,04	23,40
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,87	3,32	29,96	169,32	5,41
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	99	2,77	2,48	4,46	55,94	0,69
<b>Итого</b>			<b>549</b>	<b>22,99</b>	<b>18,52</b>	<b>75,28</b>	<b>567,93</b>	<b>24,82</b>
<b>Всего</b>				<b>64,22</b>	<b>48,88</b>	<b>200,97</b>	<b>1 608,00</b>	<b>48,09</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Утверждаю

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

4 июля 2024 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>9,20</b>	<b>11,80</b>	<b>46,80</b>	<b>280,00</b>	<b>2,70</b>
<b>II Завтрак</b>								
		БАНАН СВЕЖИЙ	103	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>103</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	6,07	7,61	103,70	5,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	65	11,77	0,43	0,00	148,73	0,43
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,98	1,18	14,50	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,51	4,04	17,08	115,08	8,30
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>603</b>	<b>21,44</b>	<b>12,16</b>	<b>49,87</b>	<b>496,51</b>	<b>15,43</b>
<b>Полдник</b>								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,35	12,84	12,54	221,65	16,96
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	55	4,30	5,20	17,73	135,01	4,90
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	99	2,77	2,48	4,46	55,94	0,69
<b>Итого</b>			<b>489</b>	<b>21,52</b>	<b>20,74</b>	<b>59,23</b>	<b>517,10</b>	<b>23,15</b>
<b>Всего</b>				<b>53,66</b>	<b>45,20</b>	<b>176,90</b>	<b>1 389,61</b>	<b>45,28</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_