

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ № 72
Смирнова У.В./

МЕНЮ

13 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,6	67	1,78
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,4	4,7	13,7	142	0,4
	ТК№038	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого:			365	7,6	9,2	42	293	2,68
II Завтрак								
2008	442	СОК	152					0
Итого:			152					0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	1,2	37	0,1
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,7	3,4	15	125	2,8
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	125	2,4	4	16,1	111	7,41
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,8	2,9	4,8	80	0,2
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	19,1	89	0,91
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого:			569	16,7	13,3	70,3	512	11,42
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,2	6,9	9,2	211	0
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	1,8	0,1	8,1	72	8,21
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			5	20	0
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого:			374	13,1	7,6	36,4	373	8,21
Всего:				37,4	30,1	148,7	1178	22,31

Повар Зау Загрудина Ф.З.