

Утверждаю



Заведующий  
ГБДОУ № 72  
Смирнова У.В./

# МЕНЮ

15 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,6	7,3	10,6	73	0
	10	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,2	5,6	18,7	142	0,4
	TKN№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,2	9,2	67	0,5
<b>Итого:</b>			<b>365</b>	<b>10,3</b>	<b>15,1</b>	<b>38,5</b>	<b>282</b>	<b>0,9</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TKN№006	БАНАН СВЕЖИЙ	106	1,5	0,5	21	96	4
2008	442	СОК	156					0
<b>Итого:</b>			<b>262</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	<b>4</b>
<b>Обед</b>								
	TKN№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,3		1	6	1,6
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,5	6,4	13,8	134	7,5
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	55	12,4	5,4	5	119	9,05
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	160	2,5	7,3	14,2	132	4,01
	TKN№034	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ	145			14,6	55	0
	TKN№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,7	0,2	10,6	51	0
	TKN№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого:</b>			<b>619</b>	<b>22,9</b>	<b>19,9</b>	<b>69,5</b>	<b>549</b>	<b>22,16</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	19,1	9,8	17,3	238	0,22
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	149	4,4	3	7,4	75	0,81
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,1	8	31,3	214	0
<b>Итого:</b>			<b>309</b>	<b>27,6</b>	<b>20,8</b>	<b>56</b>	<b>527</b>	<b>1,3</b>
<b>Всего:</b>				<b>62,3</b>	<b>56,3</b>	<b>185</b>	<b>1454</b>	<b>28,09</b>

Повар

Зау

Загрудина Ф.З.