

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ № 72
Смирнова У.В./

МЕНЮ

5 ноября 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,4	4	12,6	105	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,1	9,1	67	0,4
Итого:			370	10,7	12,2	42,6	326	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК	147					0
Итого:			147					0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	37	0,1
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,3	3,9	13,4	105	4,9
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	15,7	17,2	17,8	218	14,95
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77	59,76
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого:			546	23,2	24,2	66,8	507	79,71
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,6	3,2	1,6	66	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,4	3,7	15,9	108	7,62
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,1	75	1,2
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,7	1,4	27	138	0,1
Итого:			377	15,8	8,5	69	418	9,62
Всего:				49,7	44,9	178,4	1251	90,23

Повар

Загрудина Ф.З.

Загрудина Ф.З.