

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 36

Хамидулина И.С./

МЕНЮ

20 декабря 2024

Ранний возраст 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,28	5,82	15,47	123,48	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,15	7,43	24,04	184,11	0,31
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого			376	7,43	13,25	47,91	341,19	1,27
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,75	0,15	14,85	0,00	0,00
Итого			150	0,75	0,15	14,85	0,00	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50	0,10
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,11	7,45	8,00	118,52	4,06
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	8,81	11,82	2,00	149,41	0,33
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,28	2,10	27,37	145,65	0,00
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,47	0,67	10,27	52,40	0,00
Итого			581	21,07	24,64	79,64	627,68	5,09
Полдник								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,04	12,54	13,60	223,46	6,87
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	4,60	8,59	30,01	198,44	0,00
Итого			391	20,57	21,29	73,94	553,83	8,47
Всего				49,82	59,33	216,34	1 522,70	14,83

Медицинская сестра

Кузьмина Е.Н.