

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 36
Жамидулина И.С./

МЕНЮ

20 сентября 2024 г.

Ранний возраст 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,48	3,97	13,36	107,83	0,08
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	5,00	7,27	20,66	168,66	0,29
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	4,33	4,61	13,11	111,63	0,36
Итого			365	13,81	15,85	47,13	388,17	0,73
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	101	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Итого			101	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
2012	33	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	5,59	5,88	10,65	118,05	5,27
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,29	13,20	24,79	267,27	11,90
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,32	0,86	1,28	15,94	0,00
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	35,00	0,00
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			551	20,73	22,44	54,35	574,39	17,27
Полдник								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	203	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,02	9,57	22,95	202,20	0,05
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	2,48	11,83	49,64	195,64	0,00
Итого			426	10,50	21,67	90,12	480,17	5,95
Всего				45,44	60,29	201,93	1 489,73	25,95

Медицинская сестра

Кузьмина Е.Н.