

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 36

/Хамидулина И.С./



# МЕНЮ

23 декабря 2024 г.

## Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,30	9,12	15,50	153,40	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	8,63	9,50	34,36	257,94	0,39
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
<b>Итого</b>			<b>438</b>	<b>11,05</b>	<b>18,62</b>	<b>58,38</b>	<b>447,34</b>	<b>1,49</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
<b>Итого</b>			<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,87</b>	<b>44,20</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,12	4,58	7,56	87,94	3,22
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,95	12,03	3,47	173,70	0,33
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	160	3,17	5,28	20,73	143,94	9,60
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,07	0,07	7,48	31,24	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>745</b>	<b>24,64</b>	<b>23,06</b>	<b>66,17</b>	<b>572,92</b>	<b>14,85</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,02	18,53	33,54	204,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	7,41	4,31	26,97	176,90	0,05
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>34,67</b>	<b>25,07</b>	<b>74,62</b>	<b>586,00</b>	<b>4,45</b>
<b>Всего</b>				<b>70,76</b>	<b>67,15</b>	<b>209,04</b>	<b>1 650,46</b>	<b>24,79</b>

Медицинская сестра

Кастрица Л.В.