

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 36

/Хамидулина И.С./

МЕНЮ

26 ноября 2024 г.

Ранний возраст 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	4,48	3,97	13,36	107,83	0,08
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,15	7,43	24,04	184,11	0,31
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	5,20	5,54	14,48	129,14	0,43
Итого			370	14,83	16,94	51,88	421,08	0,82
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								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,32	4,82	12,32	110,01	5,09
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	165	21,14	8,86	14,74	245,03	14,93
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,20	0,14	7,68	37,20	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,83	0,83	12,83	65,50	0,00
Итого			560	29,39	14,95	67,37	544,64	83,78
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,80	3,98	1,57	73,25	0,62
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,37	4,13	15,79	110,09	7,60
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	5,01	3,11	28,07	160,16	0,05
Итого			385	16,61	11,48	72,06	459,83	9,47
Всего				61,58	43,52	206,16	1 425,55	94,07

Медицинская сестра

Кузьмина Е.Н.