

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 36

/Хамидулина И.С./



МЕНЮ

28 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 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 35 | 2,28 | 5,82 | 15,47 | 123,48 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 6,19 | 8,44 | 21,82 | 188,45 | 0,31 |
| | ТК№029 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 5,82 | 6,00 | 14,39 | 135,92 | 0,44 |
| Итого | | | 370 | 14,29 | 20,26 | 51,68 | 447,85 | 0,75 |
| 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 43 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 40 | 0,60 | 6,10 | 4,80 | 76,80 | 1,20 |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,25 | 7,36 | 8,47 | 120,41 | 5,38 |
| 2012 | 269 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 65 | 8,52 | 5,14 | 5,37 | 101,70 | 0,20 |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 120 | 2,02 | 1,62 | 7,88 | 54,04 | 4,24 |
| | ТК№030 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 | 0,80 |
| | ТК№016 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 26 | 1,63 | 0,20 | 10,63 | 51,63 | 0,00 |
| | ТК№004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 26 | 1,83 | 0,83 | 12,83 | 65,50 | 0,00 |
| Итого | | | 597 | 18,85 | 21,25 | 56,98 | 498,08 | 11,82 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100 | 18,05 | 9,28 | 16,42 | 225,42 | 0,20 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 180 | 5,53 | 5,90 | 8,66 | 110,58 | 0,46 |
| 2008 | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 80 | 0,72 | 0,16 | 6,51 | 34,57 | 48,24 |
| | ТК№008 | ПРЯНИКИ | 20 | 2,80 | 3,60 | 14,90 | 94,40 | 0,00 |
| Итого | | | 380 | 27,10 | 18,94 | 46,49 | 464,97 | 48,90 |
| Всего | | | | 60,99 | 60,60 | 170,00 | 1 410,90 | 61,47 |

Медицинская сестра

Кузьмина Е.Н.