

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

11 ноября 2024 г.

Ясли 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	25	1,51	4,70	10,21	89,26	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	155	8,66	6,34	39,45	249,69	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			373	6,67	10,90	45,03	314,56	1,50
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	147	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			147	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,80	5,90	8,40	105,80	3,30
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,30	3,88	15,44	106,33	7,13
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗ МОЛОКА (аллергии)	120	1,93	3,58	14,89	99,93	7,20
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	4,19	4,37	2,28	83,27	0,27
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	7,05	0,27	0,39	32,16	0,34
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
Итого			563	12,79	14,87	60,62	451,60	12,30
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	155	17,05	17,65	26,38	332,98	1,10
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии)	155	15,25	12,06	12,83	220,70	6,49
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,60	3,67	25,53	162,07	0,07
Итого			375	24,65	21,44	65,31	554,05	1,97
Всего				44,71	47,81	185,76	1 386,51	21,77