

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №14
/Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

24 февраля 2025 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	4,54	10,22	87,86	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 (аллергики)	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	10,74	45,04	313,16	1,50
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	135	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			135	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	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	115	2,23	3,76	14,98	103,10	6,91
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	115	1,87	3,58	14,61	98,49	7,13
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	4,09	4,27	2,23	81,44	0,27
	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			560	12,62	14,65	60,11	446,54	12,08
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	140	15,52	16,30	24,38	306,72	0,92
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	155	15,40	12,09	14,03	226,32	7,10
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,75	3,84	25,87	165,43	0,07
Итого			360	23,27	20,26	63,65	531,15	1,79
Всего				43,16	46,25	183,60	1 357,15	21,37