

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №14

/Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

7 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	1,52	4,77	10,22	89,97	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	4,50	4,70	22,60	150,80	0,30
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого			366	5,32	10,87	39,52	277,67	1,36
II Завтрак								
	ТК№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	149	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			149	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
	14-20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10	4,18	5,25	8,85	99,49	4,40
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,20	2,70	15,50	97,40	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,09	11,19	2,09	145,54	0,35
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	7,94	33,41	0,60
Итого			577	19,81	20,28	54,73	470,35	6,55
Полдник								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,35	1,22	37,23	0,10
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	13,58	12,81	13,10	139,71	6,69
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,81	0,05	12,86	55,78	0,26
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,99	3,16	28,13	156,83	0,00
Итого			376	19,99	18,49	61,71	420,55	7,05
Всего				45,72	50,24	170,76	1 234,87	20,96