

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №14

Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

17 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,32	2,97	18,56	104,89	5,58
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	155	8,66	6,34	39,45	249,69	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			370	9,12	12,67	49,56	316,89	6,48
II Завтрак								
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	97	0,39	0,39	9,49	45,49	9,68
Итого			100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,13	6,30	7,72	106,87	5,15
	14-20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10	4,16	5,25	8,73	98,85	4,33
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,60	4,00	17,10	117,00	8,20
	19-20	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	120	1,78	3,59	14,55	97,77	7,36
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,11	0,40	0,00	140,39	0,40
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,01	1,21	14,95	0,00
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
Итого			600	20,91	12,35	50,03	493,71	15,45
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	12,63	12,64	10,94	208,81	17,53
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	7,95	33,45	0,60
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,43	5,18	17,88	131,94	4,99
Итого			385	17,18	18,03	43,17	405,20	23,12
Всего				50,01	45,55	147,26	1 272,30	45,35