

МЕНЮ

9 сентября 2024 г.

Сад 10 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	30	1,59	2,38	17,92	77,13	2,04
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,26	6,06	25,55	178,41	0,37
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			360	9,65	10,84	56,17	339,54	2,91
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	183	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			183	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	58	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/15	3,60	4,50	20,00	164,00	3,70
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,59	16,26	7,98	162,91	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,94	4,94	12,10	107,50	8,50
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,93	106,45	1,11
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			715	19,23	26,77	87,81	664,86	15,51
Полдник								
	ТК № 018	ПЕЧЕНЬЕ	80	3,80	5,00	43,20	185,00	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК № 005	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.	126	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			399	7,42	8,13	57,35	291,63	1,48
Всего				36,30	45,74	201,33	1 296,03	19,90

Медицинская сестра

Пронина М.С.

Повар детского питания

Васильева В.С.

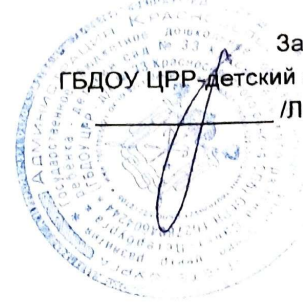
Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ ЦРР-детский сад №33/2
/Лагута О.А./

МЕНЮ

9 сентября 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,46	2,18	16,43	70,72	1,87
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	205	4,93	6,30	51,65	282,22	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			415	11,46	12,88	64,13	381,12	2,87
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	183	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			183	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	57	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,50	16,10	7,90	161,30	0,20
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	50	8,16	9,58	8,57	153,04	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,84	0,10	8,50	75,20	8,50
2008	338	ОВОЩИ БЕЗ МОЛОЧНОГО СОУСА (аллергики)	130	1,77	0,20	8,31	42,70	8,35
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,70	105,40	1,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			707	18,04	21,77	83,90	612,90	14,90
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,50	12,60	10,20	104,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,90	2,50	19,60	99,30	9,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,19	3,18	29,71	163,97	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
Итого			465	26,83	20,51	73,62	572,17	12,20
Всего			465	56,33	55,16	221,65	1 566,19	29,97

Медицинская сестра

Пронина М.С.

Повар детского питания

Васильева В.С.