

Утверждаю



заведующий

ГБДОУ детский сад №126

/Крылова В.И./

МЕНЮ

7 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ 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	1,33	2,00	15,01	64,60	1,71
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ без сахара (аллергики)	155	7,82	6,30	18,25	162,28	0,41
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,93
Итого			371	5,13	8,10	44,31	252,30	3,04
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
Итого			150	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,59	2,28	1,19	36,14	0,10
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,20	2,70	15,50	97,40	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,18	12,13	2,40	155,19	0,36
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			575	20,17	23,51	65,39	550,63	5,06
Полдник								
	015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	13,44	12,68	12,96	138,28	6,63
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,99	7,46	26,04	172,20	0,00
2008		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			370	19,03	20,26	52,20	432,08	8,23
Всего				45,13	52,07	176,70	1 300,01	17,53

Шеф повар (зав. производством)

Ефимова Е.В.