

Утверждаю

заведующий

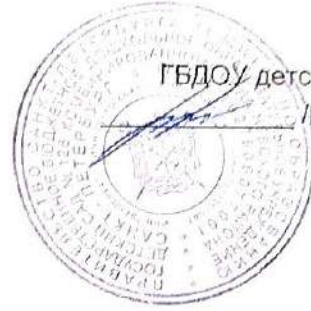
ГБДОУ детский сад №126

/Крылова В.И./

МЕНЮ

27 декабря 2024 г.

Сад 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,90	2,80	21,10	90,70	2,40
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	182А	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	5,02	8,05	27,59	203,28	0,53
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,93
Итого			431	7,00	9,60	57,40	356,70	3,83
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,76	78,00	4,32
Итого			180	0,96	0,24	17,76	78,00	4,32
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	4,00	45,60	0,13
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
2008	84А	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200	5,08	3,16	17,07	117,64	8,07
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,00	3,40	19,40	121,80	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,51	6,90	38,64	250,70	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,40	4,00	9,30	135,30	0,50
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	13,69	13,45	2,65	186,34	1,87
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	80	14,54	14,65	11,86	120,93	0,00
2016	390	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,72
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			715	24,60	18,87	91,02	629,10	6,65
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,50	16,50	16,90	216,30	8,60
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	6,96	102,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	169,30	0,00
Итого			450	24,00	23,84	62,38	554,40	10,20
Всего				56,56	52,55	228,56	1 618,20	25,00

Шеф повар (зав. производством)

Ефимова Е.В.