

Утверждаю



здесь

ГБДОУ Д/С 62
ЯНКОВСКАЯ В.М/

МЕНЮ

18 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 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,39 | 6,90 | 10,00 | 69,00 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205 | 6,00 | 8,00 | 27,00 | 203,00 | 0,50 |
| | ТК№040 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 3,20 | 2,80 | 13,60 | 77,00 | 0,50 |
| Итого | | | 415 | 12,59 | 17,70 | 50,60 | 349,00 | 1,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ВОССТАНОВЛЕННЫЙ 1ЛИТР В АССОРТМЕНТЕ | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 | 3,60 |
| Итого | | | 180 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 77,40 | 3,60 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№017 | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ | 50 | 0,38 | 0,00 | 0,88 | 6,50 | 1,00 |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/5 | 6,00 | 4,40 | 16,00 | 159,90 | 6,60 |
| 2012 | 34 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 80 | 17,92 | 7,84 | 7,20 | 172,80 | 12,90 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 150 | 2,40 | 6,90 | 13,40 | 125,10 | 9,20 |
| | ТК№044 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,00 | 0,00 | 5,81 | 23,22 | 0,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,04 | 0,24 | 12,72 | 61,20 | 0,00 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,88 | 0,75 | 12,88 | 65,90 | 0,00 |
| Итого | | | 730 | 30,62 | 20,13 | 68,89 | 614,62 | 29,70 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100 | 17,70 | 9,00 | 16,10 | 221,00 | 0,20 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 0,90 | 2,30 | 6,50 | 39,00 | 0,10 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 6,00 | 4,00 | 9,80 | 98,90 | 1,10 |
| | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 100 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 15,20 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 30 | 1,80 | 1,40 | 22,50 | 109,80 | 0,00 |
| Итого | | | 480 | 27,20 | 16,90 | 62,40 | 506,70 | 16,60 |
| Всего | | | | 71,31 | 54,91 | 200,07 | 1 547,72 | 50,90 |

Лавриненко В.А.