



Утверждаю  
*бдехь*  
 ГБДОУ Д/С 62  
 ЯНКОВСКАЯ В,М/

# МЕНЮ

16 декабря 2024 г.

## Ясли 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,28	2,95	15,24	92,67	0,05
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,59	7,21	27,50	197,76	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,83	12,00	85,58	0,48
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>9,70</b>	<b>12,99</b>	<b>54,74</b>	<b>376,01</b>	<b>0,93</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ 0,2	153	0,77	0,15	15,49	65,93	3,07
<b>Итого</b>			<b>153</b>	<b>0,77</b>	<b>0,15</b>	<b>15,49</b>	<b>65,93</b>	<b>3,07</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,22	6,30	5,73	99,42	8,22
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	13,72	12,94	13,23	141,12	6,76
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,71	86,92	0,89
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>502</b>	<b>20,44</b>	<b>19,96</b>	<b>52,77</b>	<b>403,36</b>	<b>17,47</b>
<b>Полдник</b>								
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,40	12,10	5,90	120,99	0,20
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,37	4,27	15,51	110,51	7,22
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>466</b>	<b>13,67</b>	<b>19,49</b>	<b>47,01</b>	<b>386,30</b>	<b>8,52</b>
<b>Всего</b>				<b>44,58</b>	<b>52,59</b>	<b>170,01</b>	<b>1 231,60</b>	<b>29,99</b>

Лавриненко В.А.

Утверждаю

*Бденъ*

ГБДОУ Д/С 62  
/ЯНКОВСКАЯ В,М/



# МЕНЮ

16 декабря 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,28	2,95	15,24	92,67	0,05
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,13	35,46	244,58	0,52
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,83	2,83	11,98	85,48	0,48
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,31</b>	<b>13,91</b>	<b>62,68</b>	<b>422,73</b>	<b>1,05</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ВОССТАНОВЛЕННЫЙ 1ЛИТР В АССОРТИМЕНТЕ	181	0,91	0,18	18,31	77,94	3,63
<b>Итого</b>			<b>181</b>	<b>0,91</b>	<b>0,18</b>	<b>18,31</b>	<b>77,94</b>	<b>3,63</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,41	4,18	6,15	70,89	8,82
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	17,15	16,17	16,56	211,97	8,43
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,47	104,35	1,09
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	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
<b>Итого</b>			<b>635</b>	<b>22,66</b>	<b>21,42</b>	<b>69,98</b>	<b>511,21</b>	<b>20,34</b>
<b>Полдник</b>								
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,50	16,10	7,90	161,30	0,20
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,95	3,31	19,55	120,59	9,16
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	45	3,46	6,46	22,57	93,73	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
<b>Итого</b>			<b>582</b>	<b>24,95</b>	<b>30,60</b>	<b>68,63</b>	<b>637,02</b>	<b>12,66</b>
<b>Всего</b>				<b>59,83</b>	<b>66,11</b>	<b>219,60</b>	<b>1 648,90</b>	<b>37,68</b>

Лавриненко В.А.