

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №4С

\_\_\_\_\_ /Коршунова Л.М./

# МЕНЮ

12 марта 2025 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>								
			31	4,04	3,84	10,28	92,60	0,30
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ						
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,51	6,35	22,81	166,18	0,40
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,64	2,21	9,55	69,27	0,49
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>11,19</b>	<b>12,40</b>	<b>42,64</b>	<b>328,05</b>	<b>1,19</b>
<b>II Завтрак</b>								
			157	0,00	0,00	16,77	68,59	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ						
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
<b>Итого</b>			<b>157</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>16,77</b>	<b>68,59</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,86	5,50	11,92	118,95	6,67
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	55	11,56	6,56	1,94	126,05	8,86
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	154	2,59	6,65	14,36	133,44	10,28
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	156	0,12	0,11	12,95	53,97	1,15
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>626</b>	<b>22,63</b>	<b>19,62</b>	<b>63,07</b>	<b>541,41</b>	<b>28,56</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	83	14,84	10,06	13,94	209,91	0,15
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	152	4,44	3,03	7,37	74,94	0,81
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	118	0,95	0,24	8,88	44,99	44,99
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	99	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	51	4,02	7,27	29,60	199,51	0,00
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>24,25</b>	<b>20,60</b>	<b>59,79</b>	<b>529,35</b>	<b>45,95</b>
<b>Всего</b>				<b>58,07</b>	<b>52,62</b>	<b>182,27</b>	<b>1 467,40</b>	<b>75,70</b>

Член совета по питанию \_\_\_\_\_

Ефимова Н.А.