

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		
Завтрак								
			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
Итого			366	11,19	12,40	42,64	328,05	1,19
II Завтрак								
			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
Итого			157	0,00	0,00	16,77	68,59	0,00
Обед								
	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
Итого			626	22,63	19,62	63,07	541,41	28,56
Полдник								
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
Итого			404	24,25	20,60	59,79	529,35	45,95
Всего				58,07	52,62	182,27	1 467,40	75,70

Член совета по питанию _____

Ефимова Н.А.