

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №43

/Коршунова Л.М./

МЕНЮ

20 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин. С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32	3,40	4,31	7,35	65,10	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,19	2,00	2,49	32,62	4,27
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,32	14,34	1,84	177,92	0,15
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	130	3,67	0,96	21,46	108,98	0,00
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	179	3,61	2,98	11,25	87,29	0,56
Итого			351	18,52	23,63	22,93	362,93	4,98
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	149	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			149	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	41	0,34	2,01	3,21	33,03	2,22
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,56	6,59	10,62	122,68	4,21
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	61	10,06	10,19	10,86	175,35	0,40
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	113	1,82	4,13	11,67	90,91	4,93
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,08	15,65	65,47	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			562	19,26	23,62	66,11	557,74	11,76
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	123	1,76	1,69	7,52	57,72	6,10
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,03	7,00	27,32	0,13
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
Итого			480	13,49	11,86	52,25	380,65	6,93
Всего				51,87	59,61	156,79	1 371,82	26,67

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №43.

/Коршунова Л.М./

МЕНЮ

20 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32	3,40	4,31	7,35	65,10	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,45	2,78	3,04	42,74	2,21
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,41	21,03	2,77	262,19	0,22
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	4,48	1,17	21,92	115,99	0,00
	TK№043	КАКАО С МОЛОКОМ	179	3,69	3,04	10,99	87,16	0,57
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,22	0,00	6,93	28,60	0,05
Итого			411	23,95	31,16	24,15	457,19	3,00
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	149	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			149	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	51	0,44	2,80	3,95	43,54	1,44
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,73	7,04	11,82	132,23	4,75
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергии)	200	1,30	5,06	8,40	84,55	6,66
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	71	11,70	16,81	12,00	246,06	0,47
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	73	21,16	18,20	0,00	247,94	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	154	2,48	5,78	15,91	125,37	6,71
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	156	3,01	5,45	24,52	159,45	12,41
	TK№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,45	0,10	18,11	75,85	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			725	23,38	33,48	85,29	740,05	13,37
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	153	2,60	2,15	11,28	82,07	8,39
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (аллергии)	158	2,42	5,17	14,45	114,99	12,49
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,67	4,78	36,34	203,64	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,10	0,04	10,63	41,48	0,19
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	101	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Итого			565	15,77	14,17	73,66	495,60	9,28
Всего				63,70	79,31	198,60	1 763,34	28,65