

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

_____/Кузнецова И.Н./

МЕНЮ

23 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,93	4,11	13,14	97,42	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,94	5,22	22,89	154,80	0,44
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,92	2,42	11,34	79,76	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	155	0,29	0,00	10,29	42,31	0,06
Итого			350	8,79	11,75	47,37	331,98	0,91
II Завтрак								
2008		КЕФИР	153	4,44	3,83	6,13	81,17	1,07
Итого			153	4,44	3,83	6,13	81,17	1,07
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,45	2,58	2,63	35,49	1,23
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	4,13	5,30	11,11	114,25	4,19
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ (аллергики)	150/15	6,70	8,78	11,31	151,26	5,83
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	11,14	12,12	17,55	223,85	8,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,34	0,20	8,49	40,90	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	147	0,74	0,15	14,88	63,37	2,95
Итого			499	17,80	20,35	54,66	477,86	16,60
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	31	0,34	0,06	1,19	7,50	7,82
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	110	5,78	7,71	21,19	177,45	0,10
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ СТЕРИЛИЗОВАННОЙ КЛЮКВЫ С САХАРОМ	150	0,10	0,00	21,80	89,60	1,30
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,97	4,66	25,34	171,67	0,03
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	96	0,76	0,19	7,13	36,10	14,44
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	88	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80
Итого			454	14,93	12,77	83,03	512,92	23,69
Всего				45,96	48,70	191,19	1 403,93	42,27

Повар _____ Виноградова Т.Н.