

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №38 Невского р-на

/Балабай Т.Л./

**МЕНЮ**

5 июля 2024 г.

Сад 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	40	1,72	0,65	22,26	100,09	6,10
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	3,89	3,36	10,89	90,29	0,72
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	6,51	1,53	39,83	199,16	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>5,61</b>	<b>4,01</b>	<b>41,55</b>	<b>224,38</b>	<b>6,82</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	186	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>186</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,86	3,13	4,32	49,21	2,05
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	0,42	5,68	1,32	61,46	0,71
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	2,31	1,89	2,57	36,59	0,10
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,42	0,64	34,77	166,69	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,09	0,07	9,04	37,43	0,45
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>732</b>	<b>12,68</b>	<b>12,36</b>	<b>75,52</b>	<b>468,38</b>	<b>3,31</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	0,17	0,03	1,02	5,08	0,51
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,02	0,06	16,79	72,65	0,32
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	34	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	45	3,71	2,69	26,61	145,24	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	22	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>473</b>	<b>6,94</b>	<b>3,02</b>	<b>57,14</b>	<b>284,17</b>	<b>0,83</b>
<b>Всего</b>				<b>25,23</b>	<b>19,39</b>	<b>174,21</b>	<b>976,93</b>	<b>10,96</b>