



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №38 Невского р-на
/Балабай Т.Л./

МЕНЮ

9 июля 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	2,87	2,47	8,55	68,65	0,53
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	7,57	5,85	32,43	198,05	1,03
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	0,98	1,87	5,91	44,42	1,02
2016	59	Бульон мясной детский (аллергики)	200	0,02	0,00	0,14	0,67	0,07
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	2,29	1,54	4,11	39,89	2,02
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (аллергики)	205	2,66	1,90	4,12	44,50	2,01
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,00	0,00	8,72	34,86	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			676	5,77	4,13	35,44	202,57	3,04
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10,73	0,91	2,10	59,50	0,93
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/70	0,46	0,05	2,70	13,24	0,51
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	0,56	0,49	0,93	10,47	0,10
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,14	0,14	9,26	24,98	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,82	1,62	28,06	145,90	0,10
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			445	17,25	3,28	46,75	271,85	1,13
Всего				30,59	13,26	114,62	672,47	5,20