

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №38 Нерского р-на

Балабаи Т.Л.

МЕНЮ

13 мая 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,31	2,95	34,96	196,30	0,53
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			428	8,93	3,53	53,76	284,70	1,63
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,70	7,05	0,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	7,05	0,00
Обед								
	ТК№0	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	1,17	1,80	7,35	50,28	3,31
2016	59	Бульон мясной детский (аллергики)	200	0,02	0,00	0,14	0,67	0,07
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,93	0,88	19,41	97,97	9,05
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	180	3,49	0,70	28,46	134,44	14,40
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	7,96	24,29	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			645	7,77	3,57	56,50	282,44	13,36
Полдник								
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,49	2,00	17,29	105,36	0,05
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,51	5,09	29,04	192,18	0,12
Итого			405	19,24	9,32	60,44	502,44	3,17
Всего				36,54	17,02	185,40	1 076,63	18,16