

Утверждаю

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



МЕНЮ

15 апреля 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	34,94	196,24	0,53
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,56	2,24	38,77	209,13	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	53,74	284,64	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№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	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	1,79	7,37	50,20	3,31
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	250	2,47	0,47	19,34	91,80	9,63
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,90	4,97	3,42	109,82	0,39
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	50/25	0,41	2,93	1,97	36,09	0,20
2012	322	ГЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,93	0,88	19,41	98,00	9,05
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	0,58	23,72	112,04	12,00
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	7,97	24,33	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			725	20,67	8,53	59,95	392,25	13,75
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	3,29	7,73	33,20	215,62	0,67
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	200	0,32	7,79	1,77	78,67	0,66
	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	4,50	1,99	17,24	105,10	0,05
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			455	15,03	11,95	64,55	525,62	3,72
Всего				45,23	24,61	192,94	1 209,56	19,10