

Утверждаю

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



# МЕНЮ

19 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	1,88	0,73	12,86	65,57	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	5,34	3,90	19,61	135,89	0,78
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,56	2,24	38,77	209,13	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
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>10,42</b>	<b>7,43</b>	<b>46,07</b>	<b>278,46</b>	<b>1,28</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,75	3,26	4,36	49,69	2,04
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	1,76	1,97	11,87	72,72	6,03
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	250	2,47	0,47	19,34	91,80	9,63
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	3,85	2,86	26,29	146,50	11,92
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,71	1,86	3,01	37,30	0,02
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>11,01</b>	<b>10,90</b>	<b>76,03</b>	<b>525,21</b>	<b>20,31</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИИ	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	208	МАКАРОНЫ ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,51	5,11	29,05	192,44	0,12
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (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
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,53	3,30	30,17	185,09	0,04
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>463</b>	<b>16,16</b>	<b>8,41</b>	<b>67,74</b>	<b>413,53</b>	<b>1,26</b>
<b>Всего</b>				<b>38,19</b>	<b>27,24</b>	<b>205,34</b>	<b>1 287,70</b>	<b>25,85</b>