

Утверждаю

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



## МЕНЮ

26 апреля 2024 г.

### Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	35	1,58	0,59	19,59	88,66	5,11
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	3,20	2,75	9,08	74,69	0,59
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>426</b>	<b>4,78</b>	<b>3,34</b>	<b>37,07</b>	<b>197,35</b>	<b>5,70</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	176	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>176</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	75	1,19	4,32	5,96	67,94	2,83
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,50	5,84	9,79	102,09	4,95
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	330	5,92	0,71	37,14	182,67	14,63
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	2,31	1,85	2,73	36,78	0,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	5,34	0,63	34,19	163,93	0,00
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	135	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>744</b>	<b>14,04</b>	<b>13,71</b>	<b>97,89</b>	<b>575,94</b>	<b>8,56</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	1,93	0,38	15,38	72,90	7,78
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,48	2,62	31,16	165,93	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>432</b>	<b>8,81</b>	<b>3,24</b>	<b>84,26</b>	<b>402,03</b>	<b>8,08</b>
<b>Всего</b>				<b>27,63</b>	<b>20,29</b>	<b>219,22</b>	<b>1 175,32</b>	<b>22,34</b>