

Утверждаю



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

# МЕНЮ

13 марта 2025 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,72	2,67	28,68	161,22	0,51
2008	323	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,02</b>	<b>6,45</b>	<b>54,56</b>	<b>320,62</b>	<b>1,11</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>180</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	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,59	1,75	6,86	85,50	0,35
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	7,41	6,08	94,34	3,86
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,37	3,92	8,18	76,27	5,51
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	250	1,71	0,20	8,45	43,20	11,94
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,50	2,00	9,80	67,00	5,90
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	0,58	23,72	112,04	12,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	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>731</b>	<b>18,86</b>	<b>16,03</b>	<b>62,82</b>	<b>474,11</b>	<b>15,62</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,35	15,27	21,24	322,39	0,25
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,56	2,24	38,77	209,13	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>30,15</b>	<b>19,47</b>	<b>38,54</b>	<b>459,29</b>	<b>16,55</b>
<b>Всего</b>				<b>60,03</b>	<b>41,95</b>	<b>155,92</b>	<b>1 254,02</b>	<b>33,28</b>