

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №82
/Фролова В.А./

МЕНЮ

17 февраля 2025 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,91	4,86	12,89	102,90	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	6,76	7,30	31,18	218,04	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,18	0,01	7,19	30,72	1,14
Итого			423	8,85	12,17	51,26	351,66	1,14
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,52	1,05
2008		ПРЯНИКИ	40	2,36	1,88	30,00	146,40	0,00
Итого			190	6,71	5,63	36,00	225,92	1,05
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ	200	4,89	4,24	15,20	118,57	4,98
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	13,80	7,43	6,05	145,96	0,22
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,21	3,53	21,41	130,66	10,24
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,09	0,09	9,92	41,39	0,90
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,00
Итого			655	24,97	15,69	71,66	528,36	16,34
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	0,48	0,06	1,02	7,80	3,00
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150	16,20	19,52	25,85	343,93	1,39
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	0,00	3,00
к/к	к/к	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
Итого			425	24,85	22,63	48,37	443,43	7,39
Всего				65,38	56,12	207,29	1 549,37	25,92

 Медицинская сестра _____
 