

Утверждаю



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

МЕНЮ

19 мая 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И ДЖЕМОМ | 40 | 1,85 | 4,72 | 12,50 | 99,82 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 7,31 | 7,84 | 35,35 | 241,88 | 0,00 |
| | ТК№028 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 3,74 | 2,91 | 13,29 | 95,08 | 0,00 |
| Итого | | | 420 | 12,90 | 15,47 | 61,14 | 436,78 | 0,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,84 | 53,04 | 4,80 |
| Итого | | | 120 | 0,48 | 0,48 | 11,84 | 53,04 | 4,80 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 60 | 0,50 | 0,10 | 1,00 | 7,80 | 3,00 |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ | 200 | 4,76 | 4,14 | 14,19 | 113,12 | 3,31 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 50/50 | 13,71 | 9,40 | 3,50 | 175,06 | 10,15 |
| 2008 | 331 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 150 | 6,43 | 4,77 | 41,07 | 233,00 | 0,00 |
| | ТК№044 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 180 | 1,11 | 0,07 | 18,63 | 80,49 | 0,35 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 45 | 2,98 | 0,40 | 19,08 | 91,78 | 0,00 |
| Итого | | | 735 | 29,49 | 18,88 | 97,47 | 701,25 | 16,81 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 305 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 70 | 11,47 | 16,33 | 11,33 | 238,21 | 0,37 |
| 2008 | 125 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 2,45 | 2,64 | 15,81 | 97,41 | 7,24 |
| | 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 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 50 | 4,25 | 3,28 | 28,77 | 161,50 | 0,00 |
| Итого | | | 455 | 26,34 | 25,30 | 77,41 | 588,82 | 10,61 |
| Всего | | | | 69,21 | 60,13 | 247,86 | 1 779,89 | 32,22 |

Медицинская сестра _____



Утверждаю

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

МЕНЮ

19 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|--|-------|-------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 2 | БУТЕРБРОД СМАСЛОМ И ДЖЕМОМ | 30 | 1,49 | 4,73 | 10,01 | 88,68 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 4,57 | 5,44 | 19,52 | 145,89 | 0,00 |
| 2012 | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 150 | 2,41 | 1,82 | 11,81 | 73,89 | 0,00 |
| Итого | | | 330 | 8,47 | 11,99 | 41,34 | 308,46 | 0,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,79 | 46,95 | 9,99 |
| Итого | | | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,79 | 46,95 | 9,99 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 5,19 | 2,00 |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ | 150 | 4,74 | 4,02 | 14,47 | 113,23 | 4,06 |
| 2008 | 256 | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ | 40/30 | 13,40 | 9,60 | 5,90 | 104,00 | 13,00 |
| 2008 | 209 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ | 131 | 4,75 | 4,04 | 30,36 | 176,94 | 0,00 |
| | | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,30 | 0,00 | 5,80 | 85,00 | 0,00 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 35 | 2,33 | 0,31 | 14,93 | 71,83 | 0,00 |
| Итого | | | 576 | 25,84 | 18,01 | 72,14 | 556,19 | 19,06 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 305 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ | 50 | 8,21 | 8,54 | 8,30 | 142,91 | 0,26 |
| 2012 | 322 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ | 120 | 2,35 | 3,13 | 15,45 | 99,90 | 7,12 |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0,08 | 0,00 | 5,21 | 21,14 | 0,02 |
| 2008 | К/К | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 51 | 4,52 | 3,45 | 30,96 | 172,68 | 0,00 |
| Итого | | | 396 | 16,66 | 15,70 | 70,20 | 489,03 | 7,40 |
| Всего | | | | 51,37 | 46,10 | 193,47 | 1 400,63 | 36,45 |

Медицинская сестра _____