

Утверждаю



МЕНЮ

28 апреля 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 | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,91 | 4,89 | 12,91 | 103,28 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 200 | 6,76 | 7,33 | 31,23 | 218,51 | 0,00 |
| | ТК№038 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/6/7 | 0,18 | 0,01 | 7,24 | 30,96 | 1,14 |
| Итого | | | 423 | 8,85 | 12,23 | 51,38 | 352,75 | 1,14 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 79,50 | 1,05 |
| 2008 | | ПРЯНИКИ | 40 | 2,36 | 1,88 | 30,00 | 146,40 | 0,00 |
| Итого | | | 190 | 6,71 | 5,63 | 36,00 | 225,90 | 1,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ | 200 | 4,88 | 4,25 | 15,18 | 118,60 | 4,98 |
| 2012 | 263 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 80 | 11,17 | 3,97 | 6,06 | 104,39 | 0,24 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,20 | 3,49 | 21,42 | 130,32 | 40,24 |
| | ТК№039 | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,09 | 0,09 | 9,90 | 41,34 | 0,90 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 45 | 2,98 | 0,40 | 19,09 | 91,86 | 0,00 |
| Итого | | | 655 | 22,32 | 12,20 | 71,65 | 486,48 | 16,36 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 7,80 | 3,00 |
| 2012 | 304 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 150 | 16,19 | 19,49 | 25,86 | 343,64 | 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 | 18,01 | 91,80 | 0,00 |
| Итого | | | 425 | 24,84 | 22,60 | 48,40 | 443,24 | 7,39 |
| Всего | | | | 62,72 | 52,66 | 207,43 | 1 508,37 | 25,94 |

Медицинская сестра _____

(Handwritten signature in blue ink)

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №82

Фролова В.А.

МЕНЮ

28 апреля 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 | | | | | | | | |
| 2014 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 1,82 | 4,75 | 12,63 | 100,80 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ | 155 | 4,57 | 4,89 | 19,14 | 139,40 | 0,00 |
| | ТК№038 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/6/7 | 0,14 | 0,01 | 6,03 | 26,07 | 1,14 |
| Итого | | | 378 | 6,53 | 9,65 | 37,80 | 266,21 | 1,14 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | КЕФИР | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 79,50 | 1,05 |
| Итого | | | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,00 | 79,50 | 1,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 100 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ | 150/15 | 5,36 | 4,82 | 12,04 | 113,02 | 3,97 |
| 2012 | 263 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ | 60 | 9,13 | 2,82 | 4,53 | 79,82 | 0,20 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 130 | 2,73 | 3,40 | 18,52 | 115,97 | 8,89 |
| | | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ | 150 | 0,10 | 0,10 | 19,70 | 80,70 | 0,80 |
| 2008 | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 40 | 2,65 | 0,35 | 16,96 | 81,58 | 0,00 |
| Итого | | | 545 | 19,97 | 11,49 | 71,75 | 471,09 | 13,86 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ | 40 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 5,21 | 2,00 |
| 2012 | 304 | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ | 120 | 12,84 | 13,99 | 19,96 | 257,10 | 0,85 |
| | | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 | 0,80 |
| 2008 | | БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,58 | 10,28 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 335 | 14,66 | 14,61 | 37,92 | 342,71 | 3,65 |
| Всего | | | | 45,51 | 39,50 | 153,47 | 1 159,51 | 19,70 |

Медицинская сестра _____

С.А. Овчинникова