

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 4



МЕНЮ

10 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,39 | 6,90 | 10,00 | 69,00 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ | 155 | 4,20 | 5,60 | 18,70 | 142,10 | 0,40 |
| | ТК№026 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 3,20 | 1,80 | 13,60 | 77,00 | 1,70 |
| Итого | | | 365 | 10,79 | 14,30 | 42,30 | 288,10 | 2,10 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ | 145 | 0,71 | 0,15 | 14,25 | 64,90 | 0,00 |
| Итого | | | 145 | 0,71 | 0,15 | 14,25 | 64,90 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№011 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 34 | 0,30 | 0,00 | 1,00 | 5,60 | 1,60 |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 3,81 | 7,73 | 12,15 | 135,97 | 6,12 |
| 2012 | 34 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 50 | 9,18 | 5,47 | 2,56 | 106,26 | 6,86 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 150 | 2,97 | 6,83 | 17,70 | 149,91 | 4,47 |
| | ТК№032 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,38 | 0,02 | 10,24 | 42,97 | 0,12 |
| | ТК№016 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 22 | 1,70 | 0,20 | 10,60 | 51,00 | 0,00 |
| | ТК№012 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 18 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| Итого | | | 589 | 19,84 | 20,85 | 64,55 | 544,11 | 19,17 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 80 | 12,79 | 8,90 | 11,70 | 181,77 | 0,13 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,40 | 3,00 | 7,30 | 74,20 | 0,80 |
| | ТК№052 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 86 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 15,20 |
| 2008 | 467 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 50 | 3,38 | 6,99 | 27,74 | 187,10 | 0,00 |
| Итого | | | 366 | 21,37 | 19,09 | 54,24 | 481,07 | 16,13 |
| Всего | | | | 52,71 | 54,39 | 175,34 | 1 378,18 | 37,40 |

Меню

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 4

**МЕНЮ**

10 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,39 | 6,90 | 10,00 | 69,00 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205 | 6,00 | 8,00 | 27,00 | 203,00 | 0,50 |
| 2008 | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии) | 130 | 7,33 | 5,04 | 33,23 | 207,34 | 0,00 |
| | ТК№040 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 3,20 | 2,80 | 13,60 | 77,00 | 0,50 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| Итого | | | 415 | 12,59 | 17,70 | 50,60 | 349,00 | 1,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ | 180 | 0,96 | 0,24 | 17,80 | 78,00 | 1,44 |
| | ТК № 002 | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии) | 150 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| Итого | | | 180 | 0,96 | 0,24 | 17,80 | 78,00 | 1,44 |
| Обед | | | | | | | | |
| | ТК№015 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ | 42 | 0,38 | 0,00 | 1,30 | 7,00 | 2,00 |
| 2012 | 77 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/5 | 3,74 | 7,38 | 12,69 | 134,68 | 6,38 |
| 2008 | 94 | СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ (аллергии) | 250 | 1,99 | 5,49 | 14,68 | 116,37 | 3,13 |
| 2012 | 34 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ | 80 | 14,62 | 8,76 | 3,74 | 168,56 | 10,98 |
| 2012 | 276 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии) | 150 | 17,04 | 15,37 | 16,50 | 272,32 | 8,34 |
| 2012 | 344 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) | 150 | 2,57 | 6,87 | 15,02 | 138,17 | 4,24 |
| | ТК№042 | КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ | 180 | 0,46 | 0,03 | 12,28 | 51,55 | 0,14 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 26 | 2,04 | 0,24 | 12,72 | 61,20 | 0,00 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 23 | 1,88 | 0,75 | 12,88 | 65,90 | 0,00 |
| Итого | | | 716 | 25,69 | 24,03 | 70,63 | 627,06 | 23,74 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100 | 15,97 | 11,04 | 14,53 | 226,27 | 0,17 |
| 2008 | 158 | ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ (аллергии) | 100 | 1,86 | 8,04 | 12,11 | 129,92 | 5,52 |
| 2008 | 367 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) | 50 | 0,93 | 2,48 | 6,52 | 52,23 | 0,13 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 6,00 | 4,00 | 9,80 | 98,90 | 1,10 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 86 | 0,69 | 0,17 | 6,44 | 32,62 | 32,62 |
| | ТК № 002 | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии) | 150 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| 2008 | 467 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ | 60 | 4,03 | 8,33 | 33,27 | 224,00 | 0,00 |
| Итого | | | 496 | 27,62 | 26,02 | 70,56 | 634,02 | 34,02 |
| Всего | | | | 66,86 | 67,99 | 209,59 | 1 688,08 | 60,20 |