Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ ЦРР детский сад 68
_____ /Титова С.Д./

МЕНЮ

23 января 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
Итого			**365**	**11,94**	**14,48**	**40,69**	**325,14**	**1,00**
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	146	0,73	0,15	14,73	62,71	2,92
Итого			**146**	**0,73**	**0,15**	**14,73**	**62,71**	**2,92**
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,64	6,47	5,09	81,41	1,27
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,22	6,65	7,64	109,88	3,87
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,52	3,96	14,95	112,86	0,20
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,96	1,57	7,64	52,43	4,12
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
Итого			**582**	**17,10**	**19,30**	**60,68**	**475,51**	**10,26**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,72	9,11	16,12	218,14	0,15
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,44	3,03	7,37	74,94	0,81
	ТК №052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	108	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			**379**	**25,76**	**15,94**	**45,89**	**425,48**	**16,16**
Всего				**55,53**	**49,87**	**161,99**	**1 288,84**	**30,34**

Медицинская сестра _____

Шеф повар (зав. производством) _____ Мухина А,О