

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад 68

/Титова С.Д./

МЕНЮ

23 января 2025 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	3,03	4,30	25,42	151,37	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
Итого			415	12,94	15,18	49,39	370,14	1,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	175	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Итого			175	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,84	7,98	6,30	100,80	4,10
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,19	6,85	7,67	111,90	4,02
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,00	5,25	19,90	163,35	0,40
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	70	12,63	12,73	10,30	100,29	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,45	1,96	9,60	65,66	5,78
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ (аллергики)	150	2,09	4,22	9,53	85,15	7,09
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			732	21,06	22,99	75,37	592,71	14,30
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,01	11,83	20,93	283,30	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	202	6,06	4,04	9,90	99,89	1,11
	ТК №052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	108	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	29	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			469	32,15	19,07	64,33	532,19	16,51
Всего				67,11	57,48	206,89	1 573,04	33,35

Медицинская сестра _____

Шеф повар (зав. производством) _____

Мухина А.О