

Утверждаю



Заведующий  
ГБДОУ № 36  
/Хамидулина И.С./

# МЕНЮ

6 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	5,82	5,33	15,97	136,11	0,11
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,78	10,44	27,62	232,13	0,41
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	5,21	5,50	14,01	127,01	0,43
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>17,81</b>	<b>21,27</b>	<b>57,60</b>	<b>495,25</b>	<b>0,95</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	103	0,52	0,43	13,43	61,10	2,60
<b>Итого</b>			<b>103</b>	<b>0,52</b>	<b>0,43</b>	<b>13,43</b>	<b>61,10</b>	<b>2,60</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,61	5,32	11,87	118,10	6,05
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	20,18	20,94	26,33	374,35	11,92
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,60	1,20	1,80	22,39	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,06	0,36	19,08	91,80	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,26	0,90	15,48	79,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>756</b>	<b>32,87</b>	<b>31,62</b>	<b>83,05</b>	<b>833,44</b>	<b>20,17</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	200	10,03	11,05	38,71	294,71	0,05
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,42	11,41	48,48	229,78	0,00
<b>Итого</b>			<b>513</b>	<b>13,17</b>	<b>22,56</b>	<b>97,61</b>	<b>572,49</b>	<b>6,15</b>
<b>Всего</b>				<b>64,37</b>	<b>75,88</b>	<b>251,70</b>	<b>1 962,28</b>	<b>29,90</b>

Медицинская сестра

Кузьмина Е.Н.