



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 36

Жамидулина И.С.

**МЕНЮ**

6 сентября 2024 г.

**Ранний возраст 12 часов**

Сборник рецептов	№ 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	35	4,63	4,03	14,39	113,07	0,08
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	5,00	7,27	20,66	168,66	0,29
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	4,33	4,61	13,11	111,68	0,36
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>13,96</b>	<b>15,91</b>	<b>48,16</b>	<b>393,41</b>	<b>0,73</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	79	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>79</b>	<b>0,40</b>	<b>0,33</b>	<b>10,33</b>	<b>47,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	5,59	5,88	10,65	118,05	5,27
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,29	13,20	24,79	267,27	11,90
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,32	0,86	1,28	15,94	0,06
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>551</b>	<b>20,73</b>	<b>22,44</b>	<b>54,35</b>	<b>574,39</b>	<b>17,27</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,02	9,57	22,95	202,20	0,05
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,53	41,33	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	75	2,48	11,83	49,64	195,64	0,00
<b>Итого</b>			<b>426</b>	<b>10,50</b>	<b>21,67</b>	<b>90,12</b>	<b>460,17</b>	<b>5,95</b>
<b>Всего</b>				<b>45,59</b>	<b>60,35</b>	<b>202,96</b>	<b>1 494,97</b>	<b>25,95</b>

Медицинская сестра

Кузьмина Е.Н.