

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ № 36

Камидулина И.С./

МЕНЮ

20 сентября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	5,74	5,30	15,42	133,31	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
Итого			425	17,73	21,24	57,05	492,45	0,95
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	130	0,52	0,43	13,43	61,10	2,60
Итого			130	0,52	0,43	13,43	61,10	2,60
Обед								
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	30	2,26	0,90	15,48	79,20	0,00
Итого			755	32,87	31,62	83,06	833,44	20,17
Полдник								
	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	0,08
	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
Итого			513	13,17	22,56	97,61	572,49	6,18
Всего				64,29	75,85	251,15	1 959,48	29,90

Медицинская сестра

Кузьмина Е.Н.