

Согласовано

ГБДОУ № 24-2
/Курбанова Ю. В./

МЕНЮ

23 декабря 2024 г.
Сад 10 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами)	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	7,2	8,3	35	262	0,5
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/6/7	0,2		6,2	27	1,2
Итого			428	10,6	12,4	48,2	351	1,7
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	150	0,6	0,6	14,7	71	15
Итого			150	0,6	0,6	14,7	71	15
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (огурцы соленые)	50	0,4		0,9	7	1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высшего сорта, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), говядина б/к, петрушка (зелень))	220	4,4	5	7,7	94	3
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба треска филе, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	80	12,9	12,4	3,7	178	0,4
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	2,9	5,1	19,3	137	9
	039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	180	0,1	0,1	23,6	97	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами)	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			725	23,9	23,4	76,1	616	14,3
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ (молоко пастер. 2,5% жирности)	200	6	4,4	9,8	99	1,11
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), молоко пастер. 2,5% жирности, творог 5,0% жирности, дрожжи, соль йодированная, ванилин, масло подсолнечное рафинированное)	65	9,5	3	37,9	187	0
Итого			265	15,5	7,4	47,7	286	1,11
Всего				50,6	43,8	186,7	1324	32,11

Егорова А.В.