

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ детский сад №4
Смирнова Н.С. /

МЕНЮ

22 декабря 2023 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								
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	8,80	26,72	210,38	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,74	2,23	10,14	71,29	0,01
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,56	4,51	7,70	68,20	0,00
Итого			415	12,50	15,54	44,56	349,87	0,01
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
Итого			100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,72	2,96	4,20	46,19	1,97
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,56	5,29	11,75	117,07	5,90
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	20,14	20,87	26,34	373,46	11,92
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,99	1,98	2,97	36,93	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			761	31,35	32,05	75,76	792,65	20,09
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	52	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,55	8,14	29,07	219,59	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	80	10,17	6,41	34,54	237,21	0,06
Итого			475	18,44	14,65	74,03	504,80	6,16
Всего				63,09	62,44	201,84	1 685,28	64,22

Медицинская сестра _____

Лазарева М.В.

Утверждаю

Заведующий
ТБДОУ детский сад №4
Смирнова Н.С. /



МЕНЮ

22 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ 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	35	1,77	4,80	11,93	98,02	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,68	6,62	20,36	159,32	0,00
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,64	2,19	9,49	67,99	0,00
Итого			365	9,09	13,61	41,78	325,33	0,00
II Завтрак								
2008		МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
Итого			100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,57	2,44	3,39	37,73	1,58
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,64	4,57	10,55	102,05	5,23
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,36	12,37	25,22	261,74	11,91
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,79	1,19	14,75	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			557	19,80	20,37	56,78	552,90	18,72
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	52	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,11	8,51	23,42	194,62	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,63	3,96	25,59	169,31	0,04
Итого			412	15,41	12,70	64,41	435,93	5,94
Всего				45,10	46,88	170,46	1 352,12	62,62

Медицинская сестра _____ Лазарева М.В.