

Заведующий

ГБДОУ № 39

/Л.В.Лялина/

МЕНЮ

14 апреля 2025 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	2 / 3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189 / 34	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,69	141,87	0,40
2012	ТК№028 / 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,78	2,39	12,65	83,66	0,50
Итого			365	7,60	9,19	42,14	293,53	2,70
II Завтрак								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	154	0,77	0,00	19,54	84,62	6,15
Итого			154	0,77	0,00	19,54	84,62	6,15
Обед								
2022	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81 / 41	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2012	263 / 49	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,34	11,98	5,84	119,79	0,20
2008	338 / 69	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	115	1,65	0,10	7,57	67,32	7,66
2012	ТК№032 / 13	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,71	86,92	0,89
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			550	13,19	16,20	62,22	475,03	13,15
Полдник								
2012	282 / 65	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	8,39	6,34	8,43	192,79	0,00
2012	322 / 54	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,30	3,88	15,44	106,33	7,13
2012	ТК№030 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,01	0,00	4,91	19,71	0,00
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			359	12,80	10,84	42,88	389,13	7,13
Всего				34,36	36,23	166,78	1 242,31	29,13

повар

Прудникова О.П.