

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ № 39  
/Л.В.Лялина/**МЕНЮ**  
3 марта 2025 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2 / 3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,39	2,08	15,64	67,32	1,78
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
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>7,59</b>	<b>9,17</b>	<b>41,98</b>	<b>292,85</b>	<b>2,68</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	152	0,76	0,00	19,27	83,45	6,07
<b>Итого</b>			<b>152</b>	<b>0,76</b>	<b>0,00</b>	<b>19,27</b>	<b>83,45</b>	<b>6,07</b>
<b>Обед</b>								
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	6,53	12,34	6,02	123,42	0,20
2008	338 / 69	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,68	0,10	7,72	68,71	7,82
2012	ТК№032 / 13	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	145	0,10	0,10	18,33	85,17	0,87
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	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
<b>Итого</b>			<b>551</b>	<b>13,41</b>	<b>16,56</b>	<b>62,17</b>	<b>478,30</b>	<b>13,29</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282 / 65	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	8,48	6,40	8,52	194,85	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	5,05	20,23	0,00
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	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
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>12,89</b>	<b>10,90</b>	<b>43,11</b>	<b>391,71</b>	<b>7,13</b>
<b>Всего</b>				<b>34,65</b>	<b>36,63</b>	<b>166,53</b>	<b>1 246,31</b>	<b>29,17</b>

повар

Прудникова О.П.