

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Л.В.Лялина/**МЕНЮ**
18 апреля 2025 г.**Сад 12 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2 / 3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,65	2,44	18,36	78,91	2,09
2008	189 / 31	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	323 / 31 (А)	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	2,79	4,28	29,58	167,96	0,00
2012	392 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			426	6,75	9,24	54,66	344,91	2,59
II Завтрак								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	176	0,88	0,18	17,82	81,18	3,53
2004	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	165	0,19	0,00	10,41	42,40	0,04
Итого			176	0,88	0,18	17,82	81,18	3,53
Обед								
2012	33 / 29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,86	3,13	4,32	49,25	2,05
2012	73 / 45	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,08	5,93	11,41	117,36	5,65
2008	89 / 45 (А)	РАССОЛЬНИК (аллергики)	200	3,95	5,52	11,32	111,26	5,65
2012	310 / 53	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,59	12,32	2,66	163,75	0,46
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	35	5,29	5,96	5,04	95,34	0,00
2012	205 / 58	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	135	3,60	3,06	17,46	109,62	0,00
2012	ТК№047 / 13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			704	22,83	25,51	81,07	645,18	8,86
Полдник								
2022	ТК№011 / 26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276 / 66	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	16,10	15,18	15,55	199,00	7,91
2012	ТК№044 / 10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464 / 63	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	169,30	0,00
Итого			443	22,60	22,52	79,07	537,10	9,81
Всего				53,06	57,45	232,62	1 608,37	24,79

повар

Прудникова О.П.