

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Л.В.Лялина/**МЕНЮ**
21 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	1 / 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,95	3,73	6,37	56,42	0,00
2008	189 / 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,06	8,13	34,30	257,15	0,49
2008	181 / 30 (А)	КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	200	4,41	5,91	26,08	175,20	0,00
2012	ТК№038 / 4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2008	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (АЛЕРГИКИ)	175	0,16	0,00	11,37	46,05	0,03
Итого			418	10,13	11,86	49,19	349,57	1,59
II Завтрак								
2012	ТК №010 / 23	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	127	0,60	0,60	14,89	66,68	6,03
Итого			127	0,60	0,60	14,89	66,68	6,03
Обед								
2012	ТК№017 / 27	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	45	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85/120 / 37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	85/120 / 37 (А)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/1	1,69	2,01	10,87	68,28	4,60
2012	268 / 46	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	75	5,73	6,02	3,10	117,50	0,38
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	35	5,73	6,46	5,46	103,29	0,00
2012	322 / 54	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,91	4,66	18,92	130,27	8,73
2008	333 / 75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	145	2,82	5,98	23,02	157,58	11,65
2012	ТК№039 / 17	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
2022	ТК №003 / 19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №004 / 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			707	17,34	19,30	78,40	633,51	14,21
Полдник								
2012	304 / 62	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	22,13	27,62	34,92	476,40	1,48
2012	323 / 31 (А)	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	200	4,96	8,27	52,40	303,82	0,00
2012	ТК№022 / 8	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	175	0,16	0,00	11,37	46,05	0,03
2008	479 / 61	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	45	3,88	2,25	15,18	96,49	0,05
2022	ТК №003 / 19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			458	33,25	32,10	64,21	777,79	4,53
Всего				61,32	63,86	206,69	1 827,55	26,36

повар

Прудникова О.П.