

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Л.В.Лялина/**МЕНЮ**
25 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	3/2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,47	4,07	12,49	105,23	0,08
2008	190/33	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
2008	323/33 (А)	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	7,12	5,56	43,57	252,71	0,00
2012	ТК№-5	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2004	685 /6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,08	0,00	11,59	46,63	0,02
Итого			420	13,87	16,87	52,89	391,23	1,38
II Завтрак								
2022	ТК № 21	ГРУША СВЕЖАЯ	89	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			89	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33/29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,79	2,87	1,49	45,14	1,88
2012	84/40	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,70	4,94	12,76	118,92	6,58
2008	92 /40 (А)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	2,26	2,30	16,81	97,69	8,62
2012	291/48	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	195	19,38	20,26	24,18	356,52	12,20
2008	333/75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	145	2,88	4,45	23,46	145,72	11,87
2012	354/70	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,96	1,92	2,88	35,81	0,00
2012	ТК№044 /10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			742	30,77	30,94	71,81	775,39	20,96
Полдник								
2022	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	47	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	145	5,14	8,15	28,03	234,74	0,10
2008	331 (А)	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	5,57	4,54	35,70	206,03	0,00
2012	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2008	685 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,08	0,00	11,59	46,63	0,02
2012	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,06	5,01	22,61	164,58	0,04
Итого			445	12,92	13,26	61,06	447,32	6,24
Всего				58,16	61,57	201,26	1 684,44	31,58

повар

Прудникова О.П.