

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Л.В.Лялина/**МЕНЮ**
23 декабря 2024 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1 / 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
2008	189 / 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,06	6,22	26,41	190,10	0,40
2012	ТК№038 / 4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,06	0,01	6,31	26,83	1,13
Итого			378	8,46	10,45	39,93	280,79	1,53
II Завтрак								
2022	ТК№23	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	146	0,60	0,60	14,77	66,17	5,99
Итого			146	0,60	0,60	14,77	66,17	5,99
Обед								
2022	ТК№23	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	48	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85/120 / 33	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,80	5,90	8,40	105,80	3,30
2012	268 / 46	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	4,19	4,37	2,28	83,27	0,27
2012	322 / 54	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40	7,20
2012	ТК№02 5 / 17	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			573	12,89	14,91	60,96	453,97	12,57
Полдник								
2012	304 / 62	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	165	17,74	20,46	26,17	359,71	1,23
2012	ТК№03 0 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,01	0,00	5,29	21,20	0,00
2008	479 / 61	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	8,06	3,63	34,22	202,25	0,07
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			395	26,81	24,21	72,08	614,16	1,30
Всего				48,76	50,17	187,74	1 415,09	21,39

повар


 Прудникова О.П.