

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Л.В.Лялина/**МЕНЮ**
7 февраля 2025 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	1,49	8,74	9,93	124,40	0,00
2008	189 / 31	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
2012	ТК№03 5 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	150/6	0,09	0,00	4,22	17,24	0,02
Итого			341	5,38	14,84	35,05	295,74	0,42
II Завтрак								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	158	0,79	0,00	20,11	87,08	6,33
Итого			158	0,79	0,00	20,11	87,08	6,33
Обед								
2012	33 / 29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,49	1,86	2,59	29,57	0,08
2012	73 / 45	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,19	5,53	8,99	104,86	4,44
2012	310 / 53	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	9,72	12,84	2,18	163,12	0,38
2012	205 / 58	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	105	2,85	2,40	13,80	86,69	0,00
2012	ТК№03 6 / 13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			552	20,15	23,43	64,06	548,74	5,50
Полдник								
	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276 / 66	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	13,86	13,07	13,37	142,56	6,83
2012	ТК№03 1 / 10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464 / 63	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,91	7,31	25,54	168,92	0,00
Итого			378	19,37	20,50	67,11	433,08	8,43
Всего				45,69	58,77	186,33	1 364,64	20,68

повар

Прудникова О.П.