

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Л.В.Лялина/

МЕНЮ

10 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	3,21	4,06	6,93	61,38	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	6,23	26,48	1,11
Итого			378	8,33	10,29	39,57	277,96	1,51
II Завтрак								
2022	ТК№23	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	140	0,60	0,60	14,77	66,17	5,99
Итого			140	0,60	0,60	14,77	66,17	5,99
Обед								
2022	ТК№23	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	47	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	4,32	4,51	2,35	86,01	0,28
2012	322 / 54	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,27	3,84	15,29	105,25	7,06
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	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			573	12,97	14,97	60,72	454,56	12,44
Полдник								
2012	304 / 62	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,67	19,92	26,00	353,82	1,18
2012	ТК№03 0 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,01	0,00	5,24	21,04	0,00
2008	479 / 61	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,58	3,57	24,21	155,67	0,07
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			380	25,26	23,61	61,85	561,53	1,25
Всего				47,16	49,47	176,91	1 360,22	21,19

повар _____

Прудникова О.П.