

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Л.В.Лялина/

МЕНЮ

11 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3 / 2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189 / 31	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,82	6,13	20,98	154,65	0,40
2012	ТК№04 0 / 5	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,19	1,79	13,55	76,69	1,69
Итого			365	10,40	14,82	44,53	300,34	2,09
II Завтрак								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
Итого			150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
Обед								
2022	ТК№28	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	41	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82 / 38	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,76	3,95	11,30	96,09	4,62
2012	294 / 47	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	135	13,10	14,36	14,87	182,57	12,48
2012	ТК№027 / 79	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	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			516	19,86	19,23	60,07	435,86	80,86
Полдник								
2008	230 / 63	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	45	7,80	5,01	0,19	76,14	0,66
2012	321 / 64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,38	3,70	15,70	107,00	7,54
	ТК№05 1 / 16	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
2008	477 / 62	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	1,92	4,42	23,14	157,44	0,10
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			369	13,20	13,35	63,53	446,58	9,50
Всего				44,21	47,40	187,18	1 265,28	98,45

повар

Прудникова О.П.