

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Л.В.Лялина/**МЕНЮ**

7 мая 2025 г.

Ясли 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	2 / 3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,88	16,26	94,93	4,40
2012	10 / 74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	30	0,90	1,60	1,80	24,30	1,40
2008	214 / 36	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,39	16,82	2,33	119,88	0,20
2008	ТК№27 0 / 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,78	2,39	12,65	83,66	0,50
			360	17,36	23,69	33,04	322,77	6,50
Итого								
II Завтрак								
2022	ТК№24	ГРУША СВЕЖАЯ	101	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
			101	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Итого								
Обед								
2022	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67 / 39	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,87	5,53	8,22	100,26	8,84
2012	277 / 55	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	45/50	13,14	13,31	3,05	116,58	0,52
2008	181 / 76	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2008	430 / 7	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
			579	24,19	23,78	52,30	455,44	11,06
Итого								
Полдник								
2012	298 / 59	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	135	9,78	9,59	11,54	174,15	14,18
2008	467 / 64	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	45	3,35	5,49	22,32	139,78	0,00
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	12	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	ТК№43 6 / 9	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
			342	14,23	15,21	54,36	398,93	16,08
Итого								
Всего				56,10	62,95	147,92	1 214,51	35,23

повар

Прудникова О.П.