

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 39

/Л.В.Лялина/

МЕНЮ

14 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	1 / 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2012	10 / 74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	40	1,20	2,10	2,40	32,40	1,86
2008	214 / 36	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,30	13,92	1,92	93,20	0,17
2012	ТК№029 / 14	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,78	3,19	15,54	106,57	0,60
Итого			350	18,52	23,31	26,86	294,17	2,63
II Завтрак								
2022	ТК№24	ГРУША СВЕЖАЯ	92	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			92	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40 / 79	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,35	0,04	3,24	33,99	1,13
2012	76 / 43	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
2012	305 / 51	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,53	9,96	9,39	165,28	0,39
2012	324 / 57	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	105	1,76	4,02	11,17	87,22	4,70
2008	ТК№401 / 11	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			548	18,14	18,04	46,70	548,79	10,22
Полдник								
2008	213 / 72	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	35	4,31	3,96	0,26	55,44	0,00
2008	129 / 55	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1,96	1,57	7,64	52,43	4,12
2022	ТК№71	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	23	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392 / 7	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,05	0,03	8,12	31,63	0,13
2022	ТК№21	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	95	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			452	15,02	13,66	53,52	399,00	4,55
Всего				52,28	55,51	142,58	1 312,46	20,40

повар

Прудникова О.П.