ГБДОУ № 39

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
_____ /Л.В.Лялина/

МЕНЮ

22 мая 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189/32	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	323/76 (А)	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	200	12,22	9,20	55,39	352,83	0,00
2008	ТК№433 /14	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,65	3,07	14,97	102,67	0,58
2004	685/6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,13	0,00	11,24	45,46	0,03
Итого			**405**	**12,79**	**15,05**	**48,76**	**365,81**	**1,08**
II Завтрак								
2008	442/22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА		0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
2004	685/6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,13	0,00	11,24	45,46	0,03
Итого				**0,96**	**0,24**	**17,80**	**78,00**	**1,44**
Обед								
2008	43/46	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,76	7,22	5,70	91,20	3,71
2012	269/78	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	9,80	5,14	19,50	160,05	0,39
2008	272 /65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	35	5,67	6,39	5,40	102,15	0,00
2012	57/44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,19	6,00	8,41	106,94	5,57
2012	57/44 (А)	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	200/10/5	1,28	2,93	8,26	65,10	5,57
2008	129/55	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,60	1,73	10,87	75,51	10,17
2008	333/75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	140	2,72	5,00	22,14	144,68	11,20
2012	392/6	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			**735**	**20,93**	**21,04**	**76,38**	**584,70**	**19,84**
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	125	21,63	11,12	19,67	266,30	0,19
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	182	5,46	3,64	8,92	90,00	1,00
2004	685 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	175	0,13	0,00	11,24	45,46	0,03
2022	006	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	96	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2022	002	ГРУША (аллергики)	90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
2022	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ	36	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			**439**	**30,17**	**17,96**	**62,09**	**505,30**	**16,39**
Всего				**64,85**	**54,29**	**205,03**	**1 533,81**	**38,75**

повар _____ Прудникова О.П.