

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
Л.В.Лялина/**МЕНЮ**
30 мая 2025 г.**Сад 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	35	1,54	2,26	17,06	73,32	1,94
2008	189 / 31	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	323 / 31 (А)	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	2,44	5,97	25,84	166,86	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,05	24,20	0,00
Итого			390	6,64	9,06	51,01	329,52	2,44
II Завтрак								
2008	442 / 22	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2004	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	95	0,00	0,00	6,39	25,54	0,00
Итого			21	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	33 / 29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,75	2,73	3,76	42,86	1,79
2012	73 / 45	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,79	7,21	24,99	190,67	5,71
2008	89 / 45 (А)	РАССОЛЬНИК (аллергики)	200	3,13	3,64	11,31	91,28	5,72
2012	310 / 53	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	10,20	11,54	1,53	150,63	0,42
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	30	4,61	5,19	4,39	83,03	0,00
2012	205 / 58	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,88	3,30	18,82	118,17	0,00
2012	ТК№047 / 13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			714	24,32	25,85	94,32	707,53	8,62
Полдник								
2022	ТК№011 / 26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276 / 66	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	13,98	13,18	13,50	172,82	6,87
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
Итого			372	16,32	13,42	35,62	273,62	8,47
Всего				47,28	48,33	180,95	1 310,67	19,53

повар

Прудникова О.П.