

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Л.В.Лялина/**МЕНЮ**
23 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	3 / 2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	190 / 33	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
2012	ТК№04 0 / 5	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,55	2,19	9,58	68,81	0,47
Итого			360	8,54	11,59	38,08	265,81	1,07
II Завтрак								
2022	ТК№21	ГРУША СВЕЖАЯ	93	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			93	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33 / 29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	44	0,57	2,20	1,15	34,96	0,10
2012	83 / 40	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,43	1,82	9,49	68,07	5,25
2012	291 / 48	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	145	6,16	8,80	9,78	218,98	11,63
2012	354 / 70	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,77	1,15	14,31	0,00
2012	ТК№03 1 / 10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			548	12,38	13,79	38,00	472,95	16,98
Полдник								
2022	ТК№28	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208 / 61	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	110	3,87	6,17	21,26	176,74	0,09
2012	ТК№038 / 4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,04	0,00	5,24	21,80	0,65
2012	249 / 64	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	4,18	2,63	14,83	100,02	0,02
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			373	9,69	9,02	49,63	341,56	5,76
Всего				31,21	34,90	141,21	1 150,82	26,81

повар

Прудникова О.П.