

Согласовано

заведующая
ГБДОУ № 75(1) Центрального района
/Елюкова Анна Евгеньевна/

МЕНЮ

22 декабря 2023 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	6,8	27,9	232	1,3
	ТК№- 035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
Итого			421	8,3	10,9	43,3	328	1,3
II Завтрак								
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	0
Итого			150	0,6	0,6	14,8	66	0
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	1,9
2012	73	РАССОЛЬНИК С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	6,7	9,1	10,1	153	5,2
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	12,1	13,2	0,1	167	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4	3,4	19,4	122	0
к/к	К/К	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			7,8	31	0
	ТК№- 021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
	ТК№- 016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
Итого			715	27,2	29,6	64,9	636	7,1
Полдник								
2008	40	*САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	50	1	2,6	3,9	42	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,5	16,5	16,9	216	5
	ТК№- 039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0,9
	ТК№- 056	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,1	3,3	30,1	164	0
Итого			460	24,7	22,7	87,2	580	5,9
Всего				60,8	63,8	210,2	1610	14,3