

Согласовано

заведующая

ГБДОУ № 75(1) Центрального района

/Елюкова Анна Евгеньевна/

МЕНЮ

22 декабря 2023 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая 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	155	3,8	6,1	20,9	154	1
	ТК№-035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
Итого			371	7	10,2	36,3	250	1
II Завтрак								
	ТК№-010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	12,5
Итого			150	0,6	0,6	14,8	66	12,5
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	37	1,5
2012	73	РАССОЛЬНИК С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	6,2	7,6	7,7	130	4
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,9	16,4	3,7	206	0,1
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,2	2,7	15,5	97	0
к/к	К/К	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150			7,8	31	0
	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,7	52	0
	ТК№-004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			575	23,7	29,7	56,3	592	5,6
Полдник								
2008	40	*САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	40	0,8	2,1	3,1	33	0
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,2	12,7	13,7	225	6,9
	ТК№-025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,7	81	0,8
	ТК№-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	5,8	7,2	32,5	218	0,1
Итого			375	21,9	22,2	75,4	588	7,8
Всего				53,2	62,7	182,8	1496	26,9