

Согласовано

заведующая

ГБДОУ № 75(1) Центрального района

/Елюкова Анна Евгеньевна/

**МЕНЮ**

25 декабря 2023 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,4	6,2	26,3	189	1
	ТК№-038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1
<b>Итого</b>			<b>378</b>	<b>8,7</b>	<b>10,3</b>	<b>41,8</b>	<b>287</b>	<b>2</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№-010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	12,5
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,8</b>	<b>66</b>	<b>12,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	40	0,5	1,4	3,9	30	4,2
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ , ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	6,6	7,4	7,8	123	3,7
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,7	5,1	2,6	95	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	3,9	15,6	107	7,4
	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
	ТК№-004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>21,3</b>	<b>18,5</b>	<b>63,7</b>	<b>506</b>	<b>16,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	16,2	21,1	26,9	363	0,5
	ТК№-030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0
	ТК№-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	9,6	6,8	28,1	212	0
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>26,8</b>	<b>28</b>	<b>68,4</b>	<b>634</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>57,4</b>	<b>57,4</b>	<b>188,7</b>	<b>1493</b>	<b>31,4</b>