

Согласовано

заведующая

ГБДОУ № 75(1) Центрального района

/Елюкова Анна Евгеньевна/

МЕНЮ

26 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,3	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	1
	ТК№-040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	0,2
Итого			365	10,3	14,8	44,5	300	1,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150					0
Итого			150					0
Обед								
2008	ТТК№-51	*ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	2,6	49	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	7,2	11,1	14,5	187	5,3
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/50	12,9	7,5	0,4	137	10,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,5	5,6	29,2	194	0
	ТК№-027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,6	0,2	24	110	73,3
	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
Итого			611	29,9	29	84,8	747	88,8
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,7	12	1,5	145	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,4	3,7	15,7	107	4,01
	ТК№-051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	7,7	33	1,2
	ТК№-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2	4,6	24,1	164	0
Итого			375	13,2	20,5	55,4	480	5,91
Всего				53,4	64,3	184,7	1527	95,91