

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Новостроек

Тихонова И.А./

**МЕНЮ**

5 апреля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,56	3,64	19,79	116,88	2,22
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,34	5,64	17,13	137,40	0,58
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	150	1,48	4,32	15,21	105,48	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,43	1,98	10,52	70,18	0,45
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>8,33</b>	<b>11,26</b>	<b>47,44</b>	<b>324,46</b>	<b>3,25</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	116	3,25	2,90	5,24	65,64	0,81
<b>Итого</b>			<b>116</b>	<b>3,25</b>	<b>2,90</b>	<b>5,24</b>	<b>65,64</b>	<b>0,81</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	3,02	3,25	42,34	1,52
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,42	5,38	10,14	109,37	4,06
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,93	9,03	6,01	149,25	0,50
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	2,18	2,06	9,07	70,31	8,99
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	158	0,47	0,00	25,99	107,10	9,45
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	26	1,96	0,76	13,44	68,52	0,00
<b>Итого</b>			<b>584</b>	<b>21,83</b>	<b>20,43</b>	<b>76,38</b>	<b>587,68</b>	<b>24,52</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	32	0,26	0,03	0,80	4,48	3,20
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	11,73	11,43	10,11	190,44	5,25
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,13	0,05	6,91	30,98	1,58
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	28	2,13	2,79	21,18	118,69	0,00
2008		ГРУША	69	0,26	0,18	7,22	33,09	3,52
<b>Итого</b>			<b>409</b>	<b>15,83</b>	<b>14,66</b>	<b>54,70</b>	<b>418,47</b>	<b>13,55</b>
<b>Всего</b>				<b>49,24</b>	<b>49,25</b>	<b>183,76</b>	<b>1 396,25</b>	<b>42,13</b>



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Новостроек  
Тихонова И.А./



# МЕНЮ

5 апреля 2024 г.

Сад 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>								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,88	3,08	23,20	126,44	2,49
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,46	7,95	24,30	191,30	0,70
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	180	1,78	5,21	18,71	128,73	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,08	2,47	11,64	81,87	0,57
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>10,42</b>	<b>13,50</b>	<b>59,14</b>	<b>399,61</b>	<b>3,76</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	116	3,24	2,90	5,22	65,46	0,81
2008		ГРУША (аллергики)	68	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
<b>Итого</b>			<b>116</b>	<b>3,24</b>	<b>2,90</b>	<b>5,22</b>	<b>65,46</b>	<b>0,81</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	4,01	4,86	58,68	2,28
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	5,42	6,33	13,58	137,72	5,37
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10/10	5,29	5,69	13,73	127,70	5,37
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,80	10,57	7,40	176,20	0,58
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	70	12,34	10,19	6,24	166,21	0,50
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,64	2,03	10,48	77,15	11,22
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	155	2,33	2,68	13,84	89,48	9,90
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	189	0,57	0,00	31,23	128,70	11,36
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	36	2,69	1,04	18,47	94,13	0,00
<b>Итого</b>			<b>750</b>	<b>26,93</b>	<b>24,24</b>	<b>98,74</b>	<b>733,77</b>	<b>30,81</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	54	0,43	0,05	1,36	7,59	5,42
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	14,98	14,63	12,88	243,13	6,67
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,15	0,06	6,12	28,45	1,85
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,67	0,22	10,68	51,37	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	46	3,42	4,46	33,89	189,97	0,00
2008		ГРУША	74	0,29	0,22	7,59	34,64	3,68
<b>Итого</b>			<b>519</b>	<b>20,94</b>	<b>19,64</b>	<b>72,52</b>	<b>555,15</b>	<b>17,62</b>
<b>Всего</b>				<b>61,53</b>	<b>60,28</b>	<b>235,62</b>	<b>1 753,99</b>	<b>53,00</b>