

Утверждаю

Заведующий



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

# МЕНЮ

6 ноября 2024 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>								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,82	4,47	12,75	111,31	0,04
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,50	5,63	22,81	159,72	0,40
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,75	2,18	11,79	78,45	0,47
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>12,07</b>	<b>12,28</b>	<b>47,35</b>	<b>349,48</b>	<b>0,91</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	126	3,52	3,14	5,66	70,95	0,88
<b>Итого</b>			<b>126</b>	<b>3,52</b>	<b>3,14</b>	<b>5,66</b>	<b>70,95</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	34	0,37	0,07	1,30	8,18	8,52
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,36	5,31	7,53	98,49	5,34
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	9,36	0,35	0,27	41,50	0,36
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	15	0,62	9,38	0,15	87,58	0,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,47	18,56	125,80	9,00
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	149	0,45	0,00	24,57	101,24	8,93
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,66	0,25	10,56	50,88	0,00
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>19,55</b>	<b>19,83</b>	<b>62,94</b>	<b>513,67</b>	<b>32,35</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	125/13	21,93	11,21	27,21	310,34	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,58	8,80	98,94	0,98
2008		ГРУША	78	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
<b>Итого</b>			<b>396</b>	<b>27,55</b>	<b>15,99</b>	<b>43,21</b>	<b>442,18</b>	<b>4,48</b>
<b>Всего</b>				<b>62,69</b>	<b>51,24</b>	<b>159,16</b>	<b>1 376,28</b>	<b>38,62</b>

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Новостроек  
Тихонова И.А./**МЕНЮ**  
6 ноября 2024 г.

Сад 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		
<b>Завтрак</b>								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	6,46	6,66	12,04	135,15	0,06
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,37	7,19	26,58	192,14	0,48
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,95	2,31	11,54	79,38	0,50
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>14,78</b>	<b>16,16</b>	<b>50,16</b>	<b>406,67</b>	<b>1,04</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,65	70,73	0,88
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,65</b>	<b>70,73</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	56	0,61	0,11	2,12	13,41	13,97
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,15	5,38	10,39	111,34	6,95
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70	13,26	0,50	0,41	58,92	0,52
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	20	0,59	11,78	0,17	109,09	0,24
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	4,50	18,48	125,62	8,96
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	178	0,53	0,00	29,36	120,99	10,68
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>704</b>	<b>23,86</b>	<b>22,57</b>	<b>73,63</b>	<b>600,57</b>	<b>41,32</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	155/13	27,13	13,87	33,66	383,89	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
2008		ПРЯНИКИ	34	2,03	1,62	25,86	126,21	0,00
2008		ГРУША	78	0,31	0,23	8,06	36,76	3,91
<b>Итого</b>			<b>480</b>	<b>35,38</b>	<b>20,81</b>	<b>77,36</b>	<b>656,86</b>	<b>5,00</b>
<b>Всего</b>				<b>77,52</b>	<b>62,67</b>	<b>206,80</b>	<b>1 734,83</b>	<b>48,24</b>