

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Новостроек

Тихонова И.А./

МЕНЮ

24 апреля 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		
Завтрак								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,38	3,96	12,46	103,69	0,03
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,43	5,71	21,81	156,05	0,40
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,53	4,25	22,00	135,41	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,71	2,18	11,30	76,27	0,47
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
Итого			355	11,52	11,85	45,57	336,01	0,90
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	128	3,59	3,21	5,79	72,52	0,90
Итого			128	3,59	3,21	5,79	72,52	0,90
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	34	0,37	0,07	1,29	8,12	8,46
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,38	5,56	7,25	99,75	5,23
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	9,36	0,35	0,29	41,61	0,12
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	15	0,88	9,41	0,17	88,95	0,20
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,26	18,50	123,53	8,98
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	147	0,44	0,00	24,30	100,15	8,84
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,25	10,56	50,88	0,00
Итого			566	19,82	19,90	62,36	512,99	31,83
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	125/13	21,93	11,21	27,20	310,28	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,81	99,05	0,98
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,20	0,00	5,30	21,80	0,00
2008		ГРУША	75	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			393	27,55	16,00	43,21	442,23	4,48
Всего				62,48	50,96	156,93	1 363,75	38,11

