

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №22
/Иванова О.С./

МЕНЮ

23 декабря 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	3,80	18,33	123,05	0,29
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	155	4,84	1,27	21,93	118,31	0,00
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,11	0,01	6,47	27,63	1,15
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			378	7,15	7,91	31,80	212,68	1,44
II Завтрак								
	TKN№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	TKN№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,22	4,33	6,86	79,46	2,57
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,51	4,70	2,45	89,67	0,29
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,91	3,49	20,11	123,90	9,55
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	11,40	47,20	0,80
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,13	0,26	13,65	66,13	0,00
Итого			572	13,17	12,88	55,17	411,56	14,01
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	14,46	13,61	26,88	287,89	1,03
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	6,67	4,54	19,15	144,51	0,07
	TKN№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,07	0,00	4,98	20,15	0,01
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
Итого			385	22,33	18,60	58,74	491,85	1,11
Всего				43,25	39,99	160,51	1 182,39	22,56

Медицинская сестра _____ Филиппова А.Ю.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №22
/Иванова О.С./

МЕНЮ

23 декабря 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	6,72	6,33	25,46	186,59	0,79
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	2,26	8,25	22,80	174,45	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,14	0,01	6,11	26,27	1,14
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			428	10,10	10,44	38,57	274,86	1,93
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Итого			100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,03	3,72	7,66	76,39	3,31
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	11,43	11,85	3,50	166,26	0,35
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	50	6,21	5,26	0,67	74,73	0,34
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,29	3,42	22,51	134,69	10,69
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,06	0,06	7,24	30,07	0,60
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,58	0,30	16,11	77,52	0,00
Итого			718	20,77	19,35	57,90	491,43	15,95
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	18,55	23,24	33,16	415,84	1,29
2008	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	200	9,54	12,18	34,79	286,99	0,94
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,74	2,95	13,91	101,64	0,06
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,65	0,66	11,33	57,64	0,00
Итого			452	24,94	26,85	58,40	575,12	1,35
Всего				56,21	57,04	164,74	1 385,61	23,23

Медицинская сестра _____ Филиппова А .Ю.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №22
Иванова О.С./

МЕНЮ

23 декабря 2024 г.

Сад 10 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	4,38	12,72	29,61	250,62	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	205	7,21	6,96	25,19	193,42	0,92
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	205	6,15	7,60	30,18	213,48	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,16	0,01	6,13	26,42	1,14
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			438	11,75	19,69	60,93	470,46	2,06
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	7,64	10,31	7,03	160,71	2,66
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,94	11,73	3,49	171,07	0,39
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	50/30	6,96	9,36	5,18	132,64	0,66
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,65	4,98	23,98	156,28	10,89
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	0,59	23,00	109,18	20,91
	039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,05	0,05	7,01	28,99	0,51
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,43	0,17	8,90	42,84	0,00
Итого			701	26,09	27,24	51,29	566,39	15,45
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,40	9,80	99,00	1,11
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	8,89	2,83	35,45	174,73	0,00
Итого			260	14,89	7,23	45,25	273,73	1,11
Всего				53,33	54,76	172,27	1 376,88	24,62

Медицинская сестра _____ Филиппова А.Ю.