

Утверждаю

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

# МЕНЮ

16 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,57	4,48	10,28	100,52	0,09
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,02	3,81	19,62	125,24	0,31
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,79	1,50	8,27	54,15	0,33
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>9,38</b>	<b>9,79</b>	<b>38,17</b>	<b>279,91</b>	<b>0,73</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,87</b>	<b>0,17</b>	<b>17,63</b>	<b>75,08</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,02	3,73	8,50	79,60	2,55
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	20,14	7,18	15,00	226,76	13,45
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,20	0,26	14,08	68,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>544</b>	<b>26,26</b>	<b>11,47</b>	<b>57,38</b>	<b>461,46</b>	<b>79,76</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,64	1,39	1,52	49,10	0,66
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	3,08	3,11	21,87	128,25	10,74
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,45	7,73	39,30	0,00
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,06	0,06	6,65	27,69	0,58
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	3,63	1,74	20,06	110,37	0,10
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>15,54</b>	<b>6,75</b>	<b>57,83</b>	<b>354,71</b>	<b>12,08</b>
<b>Всего</b>				<b>52,05</b>	<b>28,18</b>	<b>171,01</b>	<b>1 171,16</b>	<b>94,01</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Филиппова А.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

/Иванова О.С./

**МЕНЮ**

16 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>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,52	4,42	10,28	99,76	0,09
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,32	6,41	32,17	212,63	0,79
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,02	0,29	24,54	108,82	0,00
	TKN№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	4,10	3,44	12,60	98,69	0,76
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,13	0,00	6,72	27,40	0,03
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>14,94</b>	<b>14,27</b>	<b>55,05</b>	<b>411,08</b>	<b>1,64</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,87	0,17	17,63	75,08	1,44
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,87</b>	<b>0,17</b>	<b>17,63</b>	<b>75,08</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
	TKN№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	3,14	5,98	9,18	103,14	2,60
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200/8	2,42	1,49	6,98	51,05	3,53
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	25,44	7,86	19,25	276,55	17,10
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	50	6,21	5,26	0,67	74,73	0,34
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,66	0,27	18,13	90,13	80,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	39	2,60	0,31	16,64	80,60	0,00
<b>Итого</b>			<b>680</b>	<b>32,34</b>	<b>14,55</b>	<b>65,10</b>	<b>562,42</b>	<b>104,70</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	9,90	4,56	2,14	89,18	0,91
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	50	6,21	5,26	0,67	74,73	0,34
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	3,02	4,53	20,89	136,79	10,18
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
	TKN№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,24	0,24	11,67	51,30	2,46
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,30	0,90	25,90	130,00	0,10
<b>Итого</b>			<b>460</b>	<b>19,71</b>	<b>11,13</b>	<b>76,05</b>	<b>485,87</b>	<b>13,65</b>
<b>Всего</b>				<b>67,86</b>	<b>40,12</b>	<b>213,83</b>	<b>1 534,45</b>	<b>121,43</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Филиппова А. Ю.

Утверждаю

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

## МЕНЮ

16 апреля 2024 г.

Сад 10 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	6,15	5,04	21,54	156,99	0,09
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,41	6,42	33,27	217,57	0,79
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	2,07	8,29	31,08	207,19	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,25	2,72	11,30	83,41	0,60
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>15,81</b>	<b>14,18</b>	<b>66,11</b>	<b>457,97</b>	<b>1,48</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		БАНАН	74	1,12	0,37	15,64	71,48	7,45
<b>Итого</b>			<b>74</b>	<b>1,12</b>	<b>0,37</b>	<b>15,64</b>	<b>71,48</b>	<b>7,45</b>
<b>Обед</b>								
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,45	6,11	9,28	114,11	2,59
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	20,90	11,40	19,77	286,49	13,68
	ТК№041	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,47	0,18	9,39	45,47	0,00
<b>Итого</b>			<b>662</b>	<b>28,92</b>	<b>18,06</b>	<b>62,34</b>	<b>551,07</b>	<b>93,27</b>
<b>Полдник</b>								
2008	435	КЕФИР	203	6,00	3,30	8,00	62,00	0,60
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,07	0,00	6,59	26,60	0,01
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	2,80	6,40	0,40	222,00	0,20
<b>Итого</b>			<b>273</b>	<b>8,80</b>	<b>9,70</b>	<b>8,40</b>	<b>284,00</b>	<b>0,80</b>
<b>Всего</b>				<b>54,65</b>	<b>42,31</b>	<b>152,49</b>	<b>1 364,52</b>	<b>103,00</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Филиппова А. Ю.