

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 35/2
/Каширская Л.В./**МЕНЮ**

3 октября 2022 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,2	1,7	13,1	56	1,49
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,4	4,7	13,7	142	0,4
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			360	7,4	8,8	39,5	282	2,39
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	136	0,7		17,3	75	5,4
Итого			136	0,7		17,3	75	5,4
Обед								
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	74	0,6
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,3		1	6	1,6
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	5	4,3	20	138	2,5
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,4	12	5,9	120	0,2
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	105	1,5	0,1	6,8	61	6,9
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			544	15,4	17,1	65,9	469	11,8
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	55	8,2	6,2	8,3	189	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	105	2	3,5	13,7	95	6,34
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,1	0,5	7,7	39	0
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0,8
Итого			343	12,3	10,3	43,1	382	7,14
Всего				35,8	36,2	165,8	1208	26,73

Медицинская сестра



Коренева И. В.