

Согласовано

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

МЕНЮ

4 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	6,7	8,5	14,5	128	0
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	35	1,1	1,9	2,3	31	4,2
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	10,7	13,3	1,8	168	0,1
		КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,7	3,1	15,1	104	0,58
Итого			330	22,2	26,8	33,7	431	4,88
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	151	0,6	0,5	15,5	71	3
Итого			151	0,6	0,5	15,5	71	3
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,3	1,8	1,4	24	0,4
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	6,5	7,5	10,3	137	4,3
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	55	12	2,5	10	110	0,43
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	2,1	4,9	13,6	106	5,71
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3		5,8	85	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			554	23,3	17,3	55,2	532	10,84
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	35	4,3	4	0,3	55	0
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1,5	1,4	6,6	49	4,2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,7	0,2	10,6	51	0
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	25	4,2	5,4	22,4	152	0
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1		6,8	28	0,1
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	90	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			449	14,6	13,5	51,2	392	4,6
Всего				60,7	58,1	155,6	1426	23,32

Медицинская сестра



Корнева И. В.