

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 12

/Слободянюк Т.А./

МЕНЮ
20 апреля 2023 г.**Ясли 12 часов**

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	7,3	18,3	158	0,4
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
Итого			365	12	14,6	40,9	327	1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	1,2		14,3	66	15
Итого			150	1,2		14,3	66	15
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,7	5,7	4,8	73	4,1
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,8	6,6	8,4	117	5,6
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	55	7	3,7	13,9	105	0,18
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,4	1,6	6,1	50	4,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		4,9	20	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,6	0,2	10,6	52	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			578	16,7	18,3	56,4	456	14,18
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,7	9,1	16,1	221	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,4	3	7,3	74	0,8
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	104	0,8	0,2	7,5	38	15,2
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,8	3,6	14,9	94	0
Итого			374	25,7	15,9	45,8	427	16,2
Всего				55,6	48,8	157,4	1276	46,38

Шеф - повар

Холодкова С.А.

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 12
Слободянюк Т.А./**МЕНЮ**
20 апреля 2023 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	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6	8	27	203	0,5
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
Итого			415	13	15,3	49,6	372	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1,4		17,6	81	45
Итого			180	1,4		17,6	81	45
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,8	6,9	6	90	3,9
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,7	7,4	8,6	127	5,8
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	75	9,5	5	18,9	155	0,38
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,3	2,1	9,8	75	5,9
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,1		5,9	24	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			729	22	22,4	72,7	588	15,98
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23	11,8	20,9	283	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,1	4	9,9	100	1,11
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	103	0,8	0,2	7,5	38	15,2
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,3	3	26	111	0
Итого			463	32,2	19	64,3	532	16,51
Всего				68,6	56,7	204,2	1573	78,59

Шеф - повар

Холодкова С.А.