

Согласовано

Заведующая
ГБДОУ № 12
Свободянюк Т.А./

МЕНЮ

4 октября 2023 г.

Сад 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6	8	27	203	0,5
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	10,1	72	0,5
Итого			415	12	17,1	47,1	344	1
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	182	1,5		17,9	82	45,6
Итого			182	1,5		17,9	82	45,6
Обед								
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	180	0,1	0,1	29,2	115	0,3
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,4		1,3	7	2
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	3,7	4	12,6	102	6,6
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	18,8	9,8	2,8	195	14,3
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,8	6,7	14,7	137	9,6
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2	0,2	12,7	61	0
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			738	29,7	21,6	86,2	683	32,8
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	18,6	9,5	16,9	232	0,21
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,3	6,5	39	0,1
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	202	6,1	4	9,9	100	1,11
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,4	7,1	28,8	132	0
Итого			417	30	22,9	62,1	503	1,42
Всего				73,2	61,6	213,3	1612	80,82

Шеф - повар

Холодкова С.А.

Согласовано

Заведующая
ГБДОУ № 12
Свободянюк Т.А./**МЕНЮ**
4 октября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,2	5,6	18,7	142	0,4
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	9,3	68	0,5
Итого			365	10,2	14,7	38	279	0,9
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	152	1,2		14,9	68	37,9
Итого			152	1,2		14,9	68	37,9
Обед								
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА	150	0,1	0,1	24,2	95	0,2
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,3		1	6	1,6
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,7	4	12,1	101	6,4
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	55	11,7	5,8	1,8	120	9
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,8	6,7	14,4	135	9,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,7	0,2	10,6	51	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			610	21,8	17,4	74,4	560	26,8
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,2	7,3	12,9	177	0,16
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,4	3	7,4	75	0,81
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,6	5,9	24	150	0
Итого			281	22,2	16,2	44,3	402	0,97
Всего				55,4	48,3	171,6	1309	66,57

Шеф - повар

Холодкова С.А.