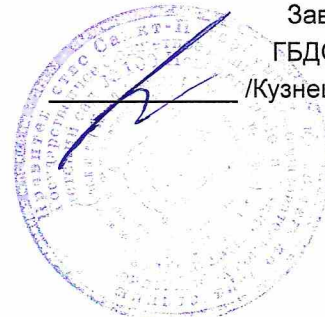


Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 100

/Кузнецова Л.И./

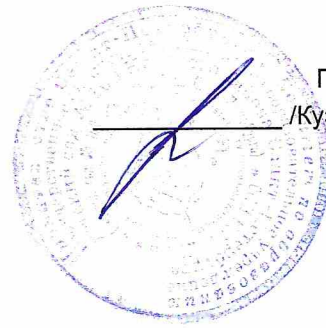


МЕНЮ

24 декабря 2024 г.

Сад 24 часа

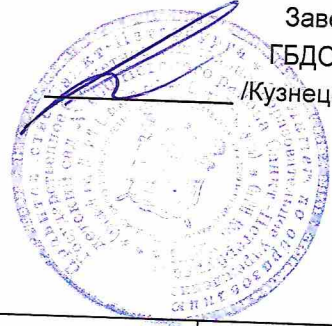
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ	205	5,75	2,67	33,81	181,90	0,51
	TK№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			415	12,34	12,37	57,41	327,90	1,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	178	0,89	0,18	17,98	81,88	3,56
Итого			178	0,89	0,18	17,98	81,88	3,56
Обед								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,26	5,86	12,29	121,39	6,57
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	90	21,19	10,89	3,27	229,28	14,45
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,56	6,70	14,17	132,91	10,21
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,35	30,60	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,50	7,70	39,30	0,00
2008	406	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	180	0,34	0,08	26,99	110,56	0,00
Итого			709	30,83	24,15	72,07	671,04	33,23
Полдник								
	TK№018	ПЕЧЕНЬЕ	35	4,90	6,30	2,24	174,02	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			321	7,70	8,80	15,14	264,52	0,30
Ужин								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	17,88	9,09	16,26	158,17	0,35
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,40	3,60	8,82	89,00	0,99
	TK№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	102	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,89	0,88	13,50	74,00	0,00
Итого			492	25,97	13,77	46,08	359,17	16,54
Ужин 2								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Итого			180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Всего				82,95	63,77	215,88	1 799,91	55,90

МЕНЮ
24 декабря 2024 г.**Сад 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,74	6,64	28,71	197,21	0,51
	TKN№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			415	12,33	16,34	52,31	343,21	1,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	178	0,89	0,18	17,98	81,88	3,56
Итого			178	0,89	0,18	17,98	81,88	3,56
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,33	5,43	12,25	117,57	6,60
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	18,10	7,92	7,27	174,53	13,03
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,51	6,67	13,92	131,39	10,19
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
2008	406	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	180	0,34	0,08	27,02	110,66	0,00
Итого			727	29,58	21,09	87,36	668,25	31,82
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,88	9,09	16,26	223,21	0,20
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,96	2,49	6,62	52,94	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	1,10
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	102	0,82	0,20	7,66	38,80	38,80
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,53	8,24	35,92	235,59	0,00
Итого			512	30,19	24,02	76,26	649,44	40,23
Всего				72,99	61,63	233,91	1 742,78	76,62

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 100
/Кузнецова Л.И./



МЕНЮ

24 декабря 2024 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	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,47	6,18	22,28	162,43	0,40
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	11,06	14,88	45,88	308,43	2,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	152	0,76	0,15	15,30	69,70	3,03
Итого			152	0,76	0,15	15,30	69,70	3,03
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,31	5,46	11,81	116,07	6,42
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,31	4,95	4,55	109,08	8,28
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,40	6,90	13,40	125,00	3,80
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	406	НАПИТОК ИЗ ИЗЮМА	150	0,34	0,08	24,34	99,93	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			598	21,86	18,19	76,00	559,08	20,10
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,34	7,37	13,03	178,77	0,16
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	102	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,81	7,19	30,13	200,22	0,00
Итого			382	23,35	17,76	57,96	491,19	16,16
Всего			57,03	50,98	195,14	1 428,40	41,39	