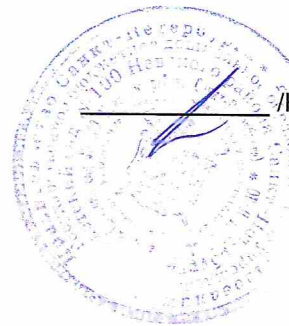


Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 100

/Кузнецова Л.И./



МЕНЮ

28 февраля 2025 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	3,25	6,62	9,60	66,24	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			360	9,05	10,92	41,70	271,24	2,30
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	133	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			133	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,21	4,29	10,51	97,59	5,22
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,33	12,49	25,13	262,30	11,91
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	0,83	1,25	15,50	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,77	0,05	12,50	54,08	0,24
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			550	19,85	20,16	61,22	517,60	17,47
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,20	6,70	23,10	192,00	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,00	3,32	21,05	138,18	0,03
Итого			391	11,87	10,25	59,55	402,18	6,03
Всего				41,37	41,83	177,97	1 261,52	28,80

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 100

/Кузнецова Л.И./

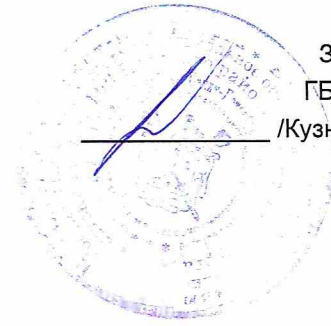
МЕНЮ

28 февраля 2025 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	2,21	3,74	9,31	88,32	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			420	11,61	16,54	49,71	374,32	1,30
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	133	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			133	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,81	4,61	11,85	108,49	6,01
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	18,16	18,74	23,72	336,11	10,73
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,02	2,04	3,06	38,05	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,90	0,05	14,71	63,72	0,29
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			730	29,27	29,29	78,34	708,97	18,93
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,30	8,40	28,90	242,00	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,48	5,43	30,13	203,80	0,04
Итого			459	14,50	13,93	69,45	493,80	6,24
Всего				55,98	60,26	213,00	1 647,59	29,47

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 100
/Кузнецова Л.И./

МЕНЮ

28 февраля 2025 г.

Сад 24 часа

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	40	4,43	9,01	13,02	90,09	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			420	13,83	21,81	53,42	376,09	1,30
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	162	3,24	1,80	7,60	72,00	0,90
Итого			162	3,24	1,80	7,60	72,00	0,90
Обед								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	0,00	0,30	63,00	0,00
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60	1,90
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,81	4,85	11,96	110,85	6,10
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	180	18,35	18,97	23,99	339,92	10,73
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,92	0,05	15,15	65,53	0,29
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			700	31,90	27,39	66,96	694,80	19,02
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	36	0,48	0,08	1,54	7,31	3,99
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	205	7,24	11,42	39,27	268,26	0,20
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	0,60
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,36	30,60	0,00
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	88	0,40	0,00	0,00	0,00	2,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			552	10,36	12,12	63,39	381,47	6,79
Ужин								
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,20	5,83	30,44	211,33	0,04
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	167	0,83	0,17	16,83	76,67	3,33
Итого			237	10,03	6,00	47,27	288,00	3,37
Всего				69,36	69,12	238,64	1 812,36	31,38