

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №28
/А.А.Семенова/

МЕНЮ

27 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								
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,47	0,67	10,27	52,40	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,63	6,81	20,10	159,82	0,00
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,64	2,19	9,72	68,86	0,00
Итого			350	8,74	9,67	40,09	281,08	0,00
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	43	0,65	2,48	1,30	39,42	0,11
2008	111	СУП С КРУПОЙ И МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	5,19	5,19	7,47	97,43	0,40
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,95	15,15	3,47	132,66	0,59
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			593	28,72	28,00	67,97	572,44	60,86
Полдник								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	118	5,94	8,18	23,19	190,03	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	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	56	6,78	3,22	21,64	142,65	0,00
Итого			397	14,39	11,63	60,23	404,68	5,90
Всего				52,45	49,80	183,79	1 328,70	69,76

Медсестра _____ Д.Н.Кокарева