Алексеева Лилия Викторовна

Подписано цифровой подписью: Алексеева Лилия Викторовна
Дата: 2025.07.31 10:24:43 +03'00'

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №34
_____ /Алексеева Л.В./

МЕНЮ

1 августа 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	27	1,53	3,83	21,08	123,19	6,22
2008		БАТОН (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,40	5,59	16,77	135,85	0,60
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,49	2,03	11,10	73,13	0,47
Итого			**347**	**8,42**	**11,45**	**48,95**	**332,17**	**7,29**
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	72	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			**125**	**3,50**	**3,13**	**5,64**	**70,64**	**0,88**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	2,95	3,25	41,65	1,52
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	1,78	5,42	10,53	110,90	4,33
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	62	11,33	9,37	6,19	154,68	0,53
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	117	1,87	1,89	8,90	66,09	5,69
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
Итого			**579**	**18,71**	**20,58**	**50,25**	**479,62**	**12,07**
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,76	4,26	3,04
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	114	2,29	11,36	10,90	193,26	5,65
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	5,88	23,49	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	26	1,92	2,50	19,01	106,57	0,00
2008		ГРУША	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			**410**	**6,05**	**14,29**	**52,25**	**401,28**	**12,19**
Всего				**36,68**	**49,45**	**157,09**	**1 283,71**	**32,43**

_____

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №34
_____ /Алексеева Л.В./

МЕНЮ

1 августа 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	42	1,87	3,30	24,20	132,09	2,76
2008		БАТОН (аллергики)	30	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,48	8,41	24,18	195,22	0,71
2008	190	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	180	5,75	7,77	25,27	194,74	0,73
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,42	5,00	15,79	117,69	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,14	2,52	11,83	83,25	0,58
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
Итого			**422**	**10,49**	**14,23**	**60,21**	**410,56**	**4,05**
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	72	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			**125**	**3,50**	**3,13**	**5,64**	**70,64**	**0,88**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	4,00	4,87	58,66	2,28
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	2,40	6,47	14,25	141,97	5,72
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (аллергики)	200/10/10	2,34	8,69	13,87	160,09	5,33
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10/10	2,22	5,18	14,32	125,49	5,64
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	72	13,30	11,01	7,15	181,23	0,61
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	72	13,29	10,92	8,18	184,26	0,60
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	74	12,86	10,55	7,48	176,40	0,52
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	147	2,31	1,84	10,65	74,21	7,11
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ (аллергики)	151	2,36	3,14	13,03	99,23	8,68
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергики)	152	2,15	0,24	14,75	70,58	7,08
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	185	0,56	0,00	30,56	125,93	11,11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	35	2,64	1,02	18,08	92,18	0,00
Итого			**749**	**24,03**	**24,60**	**98,28**	**735,37**	**26,83**
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,40	0,05	1,26	7,08	5,06
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	2,92	14,46	13,88	245,69	7,18
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	152	3,02	14,88	14,20	252,45	7,62
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,22	10,57	50,86	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	41	3,06	4,00	30,40	170,40	0,00
2008		ГРУША	75	0,30	0,23	7,73	35,26	3,75
Итого			**517**	**8,33**	**18,96**	**68,68**	**528,64**	**15,99**
Всего				**46,35**	**60,92**	**232,81**	**1 745,21**	**47,75**