

Утверждаю

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

МЕНЮ

15 мая 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,96	3,85	9,20	88,00	0,03
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,70	5,37	21,71	150,58	0,41
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,91	2,39	10,54	76,20	0,44
Итого			350	10,57	11,61	41,45	314,78	0,88
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	152	4,41	3,80	6,08	80,62	1,06
Итого			152	4,41	3,80	6,08	80,62	1,06
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	30	0,25	1,58	2,34	25,10	0,85
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,73	5,02	5,33	87,57	7,74
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	48/30	12,97	8,61	2,33	157,12	9,79
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	109	3,85	3,96	24,62	149,58	0,00
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
Итого			553	23,10	19,37	43,12	460,17	18,38
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	52	7,18	3,67	4,28	78,85	0,23
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,32	3,78	15,67	106,21	7,61
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,59	0,24	14,09	72,05	71,25
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2008		ВАФЛИ	20	0,57	0,67	15,71	71,94	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
Итого			418	12,69	8,86	70,83	426,85	86,09
Всего				50,77	43,64	161,48	1 282,42	106,41

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №34

/Алексеева Л.В.

МЕНЮ

15 мая 2025 г.

Сад 12 часов

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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ						
2008		БАТОН (аллергии)	40	6,18	6,60	9,72	124,22	0,14
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	4,46	6,68	25,92	182,26	0,50
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,68	5,09	22,61	142,90	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	3,16	2,58	12,59	87,23	0,47
Итого			400	13,80	15,86	48,23	393,71	1,11
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	152	4,41	3,80	6,08	80,61	1,05
2008		ГРУША (аллергии)	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			152	4,41	3,80	6,08	80,61	1,06
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,41	3,47	3,47	47,45	1,24
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,44	5,47	7,16	99,92	10,26
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/10	4,95	3,10	7,13	76,59	12,47
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	58/30	15,69	7,50	2,46	162,26	11,93
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ (аллергии)	60/30	15,99	8,54	5,48	180,96	12,08
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150/5	5,63	4,78	35,92	209,41	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	157/5	5,87	5,55	37,62	223,92	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	175	0,88	0,18	17,70	75,36	3,51
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,06	0,27	13,16	63,34	0,00
Итого			719	29,11	21,67	79,87	657,74	26,94
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	73	9,95	5,39	5,93	112,22	0,33
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,53	4,15	17,09	116,07	8,30
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	120	1,98	5,25	16,13	119,78	8,16
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,83	0,34	21,53	108,42	101,24
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,37	0,18	8,75	42,11	0,00
2008		ВАФЛИ	31	0,86	1,01	23,67	108,39	0,00
2008		БАТОН	15	1,10	0,42	7,52	38,35	0,00
2008		БАНАН	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
Итого			510	17,69	11,84	99,19	592,76	116,87
Всего				65,01	53,17	233,37	1 724,82	145,98