

Утверждаю

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

МЕНЮ

21 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	36	4,57	4,21	12,46	106,70	0,04
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,45	6,08	21,93	159,87	0,40
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,73	2,16	11,64	77,62	0,48
Итого			356	11,75	12,45	46,03	344,19	0,90
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	101	3,02	1,01	4,22	40,20	0,50
Итого			101	3,02	1,01	4,22	40,20	0,50
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	32	0,35	0,06	1,22	7,72	8,04
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,51	5,39	7,35	99,06	6,26
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	9,42	0,35	0,38	42,24	0,90
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	15	0,84	9,21	0,15	86,83	0,19
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,17	18,48	122,72	8,96
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,66	0,25	10,54	50,80	0,00
Итого			568	19,51	19,43	38,12	409,37	24,35
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	122/13	22,09	14,38	26,45	328,98	2,44
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	179	5,30	4,57	8,77	98,70	0,98
2008		ГРУША	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			384	27,69	19,15	42,42	460,58	6,92
Всего				61,97	52,04	130,79	1 254,34	32,67

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №34

/Алексеева Л.В./

МЕНЮ

21 мая 2025 г.

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	41	5,81	5,85	11,88	124,46	0,05
2008		БАТОН (аллергии)	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,36	7,18	26,57	191,97	0,48
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	1,79	6,71	22,17	156,30	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,94	2,30	11,60	79,47	0,49
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
Итого			401	14,11	15,33	50,05	395,90	1,02
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	101	3,02	1,01	4,22	40,20	0,50
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	81	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			101	3,02	1,01	4,22	40,20	0,50
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,69	0,11	2,03	12,82	13,36
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,36	5,30	11,08	114,35	8,47
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/10	4,59	5,72	12,45	120,14	10,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70	13,31	0,50	0,49	59,51	1,19
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	20	0,67	11,46	0,17	106,59	0,23
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,39	18,50	124,76	8,97
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	128	2,13	3,66	17,39	111,20	8,80
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	184	0,55	0,00	30,31	124,90	11,02
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
Итого			709	24,21	22,06	75,28	604,13	43,24
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	152/13	26,87	13,74	33,33	380,12	0,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	129	2,52	3,73	20,55	126,14	10,40
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	199	5,89	5,07	9,75	109,68	1,09
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		ГРУША	70	0,28	0,21	7,21	32,92	3,50
Итого			464	34,81	20,43	72,79	632,52	4,59
Всего				76,15	58,83	202,34	1 672,75	49,35