Алексеева Лилия Викторовна

Подписано цифровой подписью: Алексеева Лилия Викторовна
Дата: 2025.08.07 10:52:53 +03'00'

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,84	4,05	12,49	93,77	0,00
2008		БАТОН (аллергики)	30	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,69	5,11	21,86	148,78	0,41
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,34	4,07	18,99	117,93	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	150	2,90	2,38	10,89	77,42	0,44
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	174	0,13	0,00	9,95	40,30	0,03
Итого			**330**	**8,43**	**11,54**	**45,24**	**319,97**	**0,85**
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	107	3,02	1,01	4,22	40,20	0,50
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	70	0,30	0,30	6,90	32,90	7,00
Итого			**107**	**3,02**	**1,01**	**4,22**	**40,20**	**0,50**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,49	1,97	2,84	31,01	1,33
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	3,97	5,02	10,93	109,40	4,11
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	150/10/10	1,50	1,71	11,08	65,92	3,94
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	132	3,68	12,01	21,91	241,69	10,09
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	152	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			**510**	**9,44**	**19,20**	**44,18**	**422,90**	**15,53**
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,34	0,06	1,16	7,32	7,62
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	112	5,79	7,16	21,50	173,57	0,09
2012	204	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	100	3,73	0,45	23,94	114,75	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	6,97	27,87	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,96	0,15	6,38	30,60	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	51	6,25	3,37	21,65	142,40	0,03
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	96	0,76	0,19	7,13	36,10	14,44
2008		ГРУША (аллергики)	72	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			**455**	**14,12**	**10,93**	**64,79**	**417,86**	**22,18**
Всего				**35,01**	**42,68**	**158,43**	**1 200,93**	**39,06**

_____

Утверждаю

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

МЕНЮ

8 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,21	5,24	15,00	116,15	0,00
2008		БАТОН (аллергики)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,49	6,29	26,69	182,87	0,49
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	4,24	6,43	26,84	182,72	0,47
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,79	5,74	22,17	147,58	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,18	2,58	12,57	87,27	0,47
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
Итого			**395**	**9,88**	**14,11**	**54,46**	**386,29**	**0,96**
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	107	3,02	1,01	4,22	40,20	0,50
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	79	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			**107**	**3,02**	**1,01**	**4,22**	**40,20**	**0,50**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	69	0,96	4,08	5,66	63,06	2,65
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	4,29	5,23	14,53	127,39	5,42
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ (аллергики)	200/10/10	3,77	7,33	13,22	138,65	5,05
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (аллергики)	200/10/10	4,32	4,50	12,72	108,99	5,49
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	151	4,14	13,46	25,04	272,57	11,64
2012	291	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МЯСОМ (аллергики)	152	4,17	13,54	25,13	273,68	11,20
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	21,00	88,26	3,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,10	0,28	13,42	64,59	0,00
2008		БАТОН	35	2,64	1,02	18,12	92,34	0,00
Итого			**687**	**19,67**	**26,10**	**97,77**	**708,21**	**22,71**
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,56	0,10	1,94	12,23	12,74
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,44	9,34	29,10	230,46	0,12
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	147	5,37	4,64	34,23	200,21	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	148	5,34	5,48	34,19	207,53	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	4,90	19,58	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,55	6,16	30,22	211,02	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	1,06	0,14	6,77	32,58	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	101	0,81	0,20	7,56	38,32	38,32
2008		ГРУША (аллергики)	69	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			**568**	**18,42**	**15,94**	**80,49**	**544,19**	**51,22**
Всего				**50,99**	**57,16**	**236,94**	**1 678,89**	**75,39**