

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №142

/Савенкова Т.М./

**МЕНЮ**

20 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	8,90	7,98	42,58	271,50	2,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,03	4,32	11,62	101,73	6,30
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	10,73	5,80	1,77	114,25	8,14
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,27	5,23	13,71	111,81	10,36
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	1,02	0,06	19,77	84,54	0,32
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			585	20,45	16,03	61,97	488,23	26,72
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,52	9,01	15,94	218,79	0,20
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,07	7,70	29,74	204,24	0,00
Итого			400	26,79	19,91	60,48	535,23	16,20
Всего				56,14	43,92	165,03	1 294,96	45,02