

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

_____/Кузнецова И.Н./

МЕНЮ

22 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	2,04	4,97	13,81	108,19	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,02	6,00	20,46	156,30	0,41
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,60	2,11	12,65	80,64	0,48
Итого			350	9,66	13,08	46,92	345,13	0,89
II Завтрак								
2008		КЕФИР	151	4,39	3,79	6,06	80,26	1,06
Итого			151	4,39	3,79	6,06	80,26	1,06
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,22	3,02
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,74	2,83	12,08	88,76	4,57
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/15	1,50	4,29	11,50	90,73	5,70
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	13,05	7,51	2,00	142,60	9,82
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,89	4,42	14,26	109,14	11,53
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	143	0,00	0,00	11,00	64,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,73	0,23	11,10	53,42	0,00
Итого			550	21,65	15,02	51,19	462,64	28,94
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	45/30	5,73	6,31	3,04	92,47	2,95
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,45	0,19	9,29	44,68	0,00
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,11	0,01	11,07	46,93	2,02
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,13	0,00	9,95	40,30	0,03
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,06	1,95	29,67	156,43	0,10
2008		БАНАН	64	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
Итого			401	18,37	13,30	68,12	469,38	12,11
Всего				54,07	45,19	172,29	1 357,41	43,00

Повар _____ Виноградова Т.Н.