

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №3

_____ /Кузнецова И.Н./

МЕНЮ

26 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	4,29	4,14	10,23	96,12	0,04
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,14	4,61	23,19	155,38	0,45
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,88	2,35	11,81	80,56	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	155	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
Итого			350	12,31	11,10	45,23	332,06	0,99
II Завтрак								
2008		РЯЖЕНКА	158	4,58	3,95	6,63	85,26	0,47
Итого			158	4,58	3,95	6,63	85,26	0,47
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	44	0,35	0,04	0,74	5,68	2,18
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	4,58	3,84	9,11	89,42	3,25
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	11,50	3,43	1,45	82,51	0,27
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,68	4,59	17,48	122,54	8,09
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,46	0,19	9,37	45,09	0,00
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,94	0,06	27,00	112,98	0,30
2008		БАТОН	11	0,79	0,31	5,41	27,58	0,00
Итого			577	22,30	12,46	70,56	485,80	14,09
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	11,43	13,70	15,92	233,12	1,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,11	0,15	7,14	34,34	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,49	2,01	10,28	69,62	0,46
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,99	5,27	18,76	139,00	7,36
2008		ГРУША	72	0,29	0,22	7,41	33,83	3,60
Итого			389	19,31	21,35	59,51	509,91	12,65
Всего				58,50	48,86	181,93	1 413,03	28,20

Повар _____ Виноградова Т.Н.