

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ № 81
Захарова Т.Ю./

МЕНЮ

4 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,9	3,5	11,2	93	0,1
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,9	6,5	25,6	178	0,4
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,1	9,4	68	0,4
Итого			365	10,4	12,1	46,2	339	0,9
II Завтрак								
2008	442	продукция соковая.соки и нектары для детей раннего возраста	145			15,4	62	0
Итого			145			15,4	62	0
Обед								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	1,5	10	10,1
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,8	4	12,7	103	4,7
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	11,6	59	54,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,1	0,1	6,9	33	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,2	0,5	8,4	43	0
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,5	3,4	28,6	164	0
Итого			503	11,5	8,3	69,7	412	69,4
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	55	8,2	3,6	2	73	0,9
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	2,2	3,7	15,1	102	7,3
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	7,9	34	1,2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,1	0,1	6,9	33	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,9	1,9	28,2	149	0,1
Итого			376	16,5	9,4	60,1	391	9,5
Всего				38,4	29,8	191,4	1204	79,8

старшая медсестра

Рохмина И.Д.