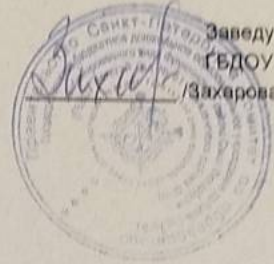


Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 81
Захарова Т.Ю./



МЕНЮ

14 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,5	8,9	10	126	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,9	6,5	24,9	174	0,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	186			5,9	24	0
Итого			371	5,4	15,4	40,8	324	0,4
II Завтрак								
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	95	0,8	0,2	7,1	36	36,2
Итого			95	0,8	0,2	7,1	36	36,2
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,7	3	38	1,4
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,2	7	7,8	114	3,8
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	10,2	13	2,1	167	0,4
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	115	4,2	3,7	26,9	158	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	7,8	33	0,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,6	0,2	10,2	49	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,4	7,5	38	0
Итого			569	21,9	27,1	65,3	597	6,2
Полдник								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,4		1,2	7	4,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,4	13,4	12,8	229	6,5
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,7		11,4	49	0,2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,2	30	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,2	3,9	28,8	166	0
Итого			381	20,7	17,4	60,4	481	11,3
Всего				48,8	60,1	173,6	1438	54,1

старшая медсестра

Рохмина И.Д.