

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 81

Захарова Т. Ю.

**МЕНЮ**

20 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	3	2,5	10,3	76	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	5,1	6,9	23,7	178	0,6
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,6	2,2	9,4	69	0,5
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>10,7</b>	<b>11,6</b>	<b>43,4</b>	<b>323</b>	<b>1,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ГРУША СВЕЖАЯ	129	0,5	0,4	13,3	61	6,4
<b>Итого</b>			<b>129</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>13,3</b>	<b>61</b>	<b>6,4</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,3	3	36	1,4
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,7	10,5	104	5,2
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	11,9	12	25	255	11,9
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,7	1,4	15	0
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		11,2	48	0,2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,6	0,2	10	48	0
<b>Итого</b>			<b>544</b>	<b>19,5</b>	<b>19,9</b>	<b>61,1</b>	<b>506</b>	<b>18,7</b>
<b>Полдник</b>								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,5	0,1	1,9	12	12,4
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,2	9,2	23,9	203	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160			4,9	20	0,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,9	0,1	6	29	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	6,3	4,1	21,7	148	0
<b>Итого</b>			<b>398</b>	<b>13,9</b>	<b>13,5</b>	<b>58,4</b>	<b>412</b>	<b>13,3</b>
<b>Всего</b>			<b>44,6</b>	<b>45,4</b>	<b>176,2</b>	<b>1302</b>	<b>39,5</b>	

старшая медсестра

Рохмина И.Д.