

Утверждаю

Заведующий
ГБОУ № 81
Захарова Т.Ю./**МЕНЮ**
24 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,2	3,1	17,6	103	5,3
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,6	6,9	27,8	197	0,4
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	11,4	77	0,5
Итого			365	9,6	12,2	56,8	377	6,2
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	147			15,5	62	0
Итого			147			15,5	62	0
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,3		1	6	3,9
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,5	3,9	18,7	129	2,7
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	65	9,2	2,8	4,7	80	0,2
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,8	4,5	12,1	100	8,1
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	11,2	47	0,9
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,9	0,1	5,9	29	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,4	7,5	38	0
Итого			563	18,9	11,8	61,1	429	15,8
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,1	11,6	9,3	186	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2,3	3,9	14,6	103	6,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,9	0,1	5,9	29	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,4	7,5	38	0
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1		5,3	22	0
Итого			359	15,5	16	42,6	378	6,8
Всего			44	40	176	1246	28,8	

старшая медсестра

Рохмина И.Д.