

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 81

Захарова Т. Ю.

**МЕНЮ**

26 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,9	3,5	11,1	92	0,1
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,7	5,9	24,1	168	0,4
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,3	9,7	71	0,5
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>11,3</b>	<b>11,7</b>	<b>44,9</b>	<b>331</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	154			16,3	65	0
<b>Итого</b>			<b>154</b>			<b>16,3</b>	<b>65</b>	<b>0</b>
<b>Обед</b>								
		КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	11,5	48	1
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,3		1,1	6	4,3
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,4	5,2	12,9	118	6,8
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	55	11,3	5,8	2	119	8,6
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	155	2,5	6,1	13,9	128	10
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,9	0,3	12,4	60	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,6	0,6	11,1	56	0
<b>Итого</b>			<b>619</b>	<b>22,1</b>	<b>18,1</b>	<b>64,9</b>	<b>535</b>	<b>30,7</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	90	16,5	10,8	13,4	221	0,2
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	156	4,7	4	7,7	87	0,8
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	108	0,9	0,2	8,1	41	40,9
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4	7,1	29,2	196	0
<b>Итого</b>			<b>404</b>	<b>26,1</b>	<b>22,1</b>	<b>58,4</b>	<b>545</b>	<b>41,9</b>
<b>Всего</b>				<b>59,5</b>	<b>51,9</b>	<b>184,5</b>	<b>1476</b>	<b>73,6</b>

старшая медсестра

Рохмина И.Д.