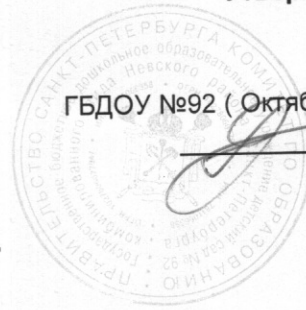


Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ №92 ( Октябрьская наб.122 к 6.)

/Мягкова Ж.В./

# МЕНЮ

20 сентября 2024 г.

## Сад 12 часов

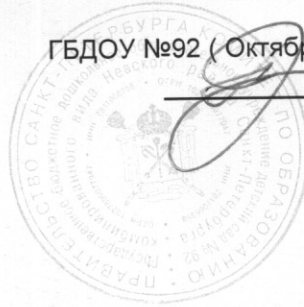
Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	2,19	3,71	9,22	87,40	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С САХАРОМ (НА ВОДЕ) (аллергики)	200	2,04	0,29	31,21	135,60	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,66	2,20	10,21	71,94	0,49
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,05</b>	<b>15,91</b>	<b>46,23</b>	<b>368,34</b>	<b>1,29</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	99	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,40</b>	<b>0,33</b>	<b>10,33</b>	<b>47,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,70	2,52	1,31	39,67	1,65
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,71	5,39	11,75	118,60	5,97
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/15	4,20	4,57	11,37	103,59	5,64
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	20,58	21,36	26,29	379,53	11,92
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	45	0,93	1,86	2,79	34,69	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>738</b>	<b>31,86</b>	<b>32,08</b>	<b>72,64</b>	<b>791,49</b>	<b>19,84</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,30	8,40	28,90	242,00	0,10
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	6,39	23,72	164,36	12,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,33	10,96	46,56	220,68	0,00
<b>Итого</b>			<b>463</b>	<b>8,35</b>	<b>19,46</b>	<b>85,88</b>	<b>510,68</b>	<b>6,20</b>
<b>Всего</b>				<b>51,66</b>	<b>67,78</b>	<b>215,08</b>	<b>1 717,51</b>	<b>29,33</b>

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №92 ( Октябрьская наб.122 к 6.)

/Мягкова Ж.В./



**МЕНЮ**  
20 сентября 2024 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	30	3,32	6,76	9,80	67,60	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>9,12</b>	<b>11,06</b>	<b>41,90</b>	<b>272,60</b>	<b>2,30</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	99	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
<b>Итого</b>			<b>99</b>	<b>0,40</b>	<b>0,33</b>	<b>10,33</b>	<b>47,00</b>	<b>2,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,52	2,00	1,04	31,76	0,09
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,40	1,80	9,40	67,40	5,20
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	6,30	9,00	10,00	223,98	11,90
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	0,76	1,14	14,12	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
<b>Итого</b>			<b>545</b>	<b>12,43</b>	<b>13,76</b>	<b>38,01</b>	<b>473,89</b>	<b>17,19</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,16	6,63	22,87	190,08	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	1,86	8,88	37,27	146,88	0,00
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>7,69</b>	<b>15,74</b>	<b>75,54</b>	<b>408,96</b>	<b>6,00</b>
<b>Всего</b>				<b>29,64</b>	<b>40,89</b>	<b>165,78</b>	<b>1 202,45</b>	<b>27,49</b>