

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №92 (Октябрьская наб.122 к 6.)

/Мягкова Ж.В./

МЕНЮ

24 февраля 2025 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ НА ВОДЕ (аллергики)	155	4,48	7,63	23,53	180,57	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			378	8,40	10,30	41,82	287,30	1,50
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Итого			100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,06	4,72	7,72	89,36	3,56
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	150/10/1	3,27	2,31	4,76	52,90	4,01
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,36	6,06	2,72	106,53	0,30
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	9,21	7,87	0,38	109,06	0,16
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40	7,20
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,52	3,73	20,55	126,14	10,40
	ТК№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			570	19,24	15,42	60,54	459,49	12,66
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	16,81	19,30	26,91	348,55	1,12
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	3,62	6,97	38,28	230,40	0,00
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	9,21	7,87	0,38	109,06	0,16
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,51	4,47	30,42	149,76	0,00
Итого			380	23,32	23,89	70,73	557,31	1,92
Всего				51,36	50,01	182,96	1 348,30	20,08

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №92 (Октябрьская наб.122 к 6.)
Мягкова Ж.В./

МЕНЮ
24 февраля 2025 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	189	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (НА ВОДЕ) (аллергики)	205	3,63	5,80	19,67	145,23	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,16	0,01	6,23	26,84	1,14
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			428	10,60	12,41	48,23	351,24	1,64
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Итого			100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,82	4,31	7,58	84,36	3,19
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200/10/10	3,17	2,13	5,79	54,97	5,36
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,84	11,82	3,48	171,37	0,38
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	9,19	7,86	0,27	108,49	0,11
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,00	4,80	19,50	134,30	9,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	151	2,92	5,43	23,80	156,07	12,05
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			725	23,36	21,85	75,94	596,77	14,47
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,91	25,56	33,18	446,16	1,39
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,30	2,30	29,25	144,00	0,00
Итого			455	35,45	30,09	76,54	795,06	4,39
Всего				69,81	64,75	210,58	1 787,27	24,50