

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №92 ( Октябрьская наб.122 к 6.)  
/Мягкова Ж.В./**МЕНЮ**  
27 сентября 2024 г.

Если 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,34	4,22	7,21	63,86	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (НА ВОДЕ) (аллергии)	155	1,70	5,09	22,79	143,70	0,00
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
<b>Итого</b>			<b>371</b>	<b>7,14</b>	<b>10,32</b>	<b>36,51</b>	<b>251,56</b>	<b>1,36</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>64,50</b>	<b>3,00</b>
<b>: Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	25	0,40	1,54	2,14	24,46	0,07
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/10/10	2,81	1,88	5,41	49,72	5,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,34	5,17	1,86	94,94	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	40	7,67	6,56	0,33	90,91	0,17
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,17	2,67	15,34	96,41	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	130	2,47	5,34	20,16	138,83	10,20
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>561</b>	<b>21,11</b>	<b>15,78</b>	<b>65,64</b>	<b>477,71</b>	<b>5,07</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	32	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	105	12,18	11,48	11,75	125,28	6,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,91	7,31	25,54	168,92	0,00
<b>Итого</b>			<b>352</b>	<b>17,69</b>	<b>18,91</b>	<b>65,49</b>	<b>415,80</b>	<b>7,60</b>
<b>Всего</b>				<b>46,69</b>	<b>45,16</b>	<b>182,79</b>	<b>1 209,57</b>	<b>17,03</b>

Утверждаю

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

# МЕНЮ

27 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,94	2,86	21,52	92,51	2,45
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (НА ВОДЕ) (аллергики)	205	2,04	0,29	26,37	116,25	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,10	0,00	5,94	24,15	0,02
<b>Итого</b>			<b>431</b>	<b>7,14</b>	<b>9,66</b>	<b>55,36</b>	<b>348,66</b>	<b>2,97</b>
<b>II Завтрак</b>								
	TK № 006	БАНАН СВЕЖИЙ	87	1,53	0,53	21,00	96,00	4,00
<b>Итого</b>			<b>87</b>	<b>1,53</b>	<b>0,53</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>4,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,54	1,94	2,68	30,55	1,27
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,53	6,87	10,33	120,61	5,27
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200/5	3,39	4,36	11,46	98,69	7,08
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,40	4,00	9,30	135,30	0,50
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	35	7,64	6,55	0,16	90,06	0,08
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	3,88	3,30	18,82	118,15	0,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	5,43	23,72	155,64	12,00
	TK№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>696</b>	<b>22,05</b>	<b>17,18</b>	<b>86,35</b>	<b>609,81</b>	<b>7,74</b>
<b>Полдник</b>								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	32	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	130	13,02	11,42	16,69	221,63	8,43
	TK№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	169,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>422</b>	<b>19,52</b>	<b>18,76</b>	<b>80,21</b>	<b>559,73</b>	<b>10,33</b>
<b>Всего</b>				<b>50,24</b>	<b>46,13</b>	<b>242,92</b>	<b>1 614,20</b>	<b>25,04</b>