

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №75
/Сергеева О.О./

МЕНЮ

24 февраля 2025 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,34	2,02	15,17	65,30	1,73
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,84	2,22	11,25	76,91	0,48
Итого			365	7,60	8,94	40,12	284,21	2,61
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	149	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			149	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,44	2,91	4,52	77,87	0,18
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,72	0,10	7,88	70,09	7,98
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	145	0,08	0,08	9,82	40,83	0,00
	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			552	15,34	7,11	52,32	389,79	12,56
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	10,68	11,12	8,73	177,42	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40	7,20
	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
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			365	15,10	15,66	45,43	383,12	8,00
Всего				38,04	31,71	137,87	1 057,12	23,17

Медицинская сестра *Л.М. Морохина* Морохина И.М.

Шеф повар (зав. производством) *Л.А. Шипеева* Шипеева Л.А.



Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ №75
Сергеева О.О./

МЕНЮ

24 февраля 2025 г.

Сад 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,37	2,06	15,48	66,64	1,76
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,22	11,25	76,78	0,48
Итого			415	11,37	12,58	61,73	369,82	2,74
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,21	3,97	6,09	104,74	0,24
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,84	0,10	8,50	75,20	8,50
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	175	0,10	0,10	11,82	49,04	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			691	20,73	9,62	71,21	499,98	13,84
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,46	11,16	10,39	191,62	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,90	2,50	19,60	99,30	9,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,06	3,26	28,71	160,07	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			565	29,46	21,65	77,31	712,39	12,50
Всего				61,56	43,85	210,25	1 582,19	29,08

Медицинская сестра *Ирина* Морохина И.М.

Шеф повар (зав. производством) *Людмила* Шипеева Л.А.