



## МЕНЮ

16 июля 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	35	4,33	3,84	12,85	103,89	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,67	6,54	22,96	168,66	0,18
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,57	2,73	9,38	72,60	0,21
<b>Итого</b>			<b>370</b>	<b>11,57</b>	<b>13,11</b>	<b>45,19</b>	<b>345,15</b>	<b>0,39</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	155	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>155</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	42	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	0,38	3,36	1,23	39,55	1,07
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	55	10,84	5,65	1,12	111,13	8,01
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	180	1,26	7,11	5,68	98,17	0,99
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	145	0,76	0,05	16,59	70,39	0,24
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>647</b>	<b>16,74</b>	<b>16,97</b>	<b>46,52</b>	<b>428,24</b>	<b>11,91</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	90	16,19	8,32	14,71	201,78	0,18
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	145	4,44	4,73	6,95	88,76	0,37
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	111	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,63	7,06	30,76	204,65	0,00
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>26,06</b>	<b>20,31</b>	<b>59,92</b>	<b>533,19</b>	<b>15,75</b>

Медицинская сестра *Ирина* Морохина И.М.

Шеф повар (зав. производством) *Ирина* Васильева И.С.

Утверждаю



Заведующий  
ГБДОУ №75  
/Сергеева О.О./

**МЕНЮ**  
16 июля 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	35	4,34	3,85	12,85	104,04	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,64	2,75	9,94	75,31	0,22
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>12,98</b>	<b>14,60</b>	<b>49,79</b>	<b>382,35</b>	<b>0,72</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	186	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>186</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	0,38	4,25	1,28	47,93	1,11
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	17,37	9,33	1,56	179,75	12,83
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	185	1,20	6,67	5,35	93,43	0,87
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	175	0,91	0,05	21,10	89,35	0,29
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	42	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	31	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>785</b>	<b>24,16</b>	<b>21,29</b>	<b>56,19</b>	<b>544,56</b>	<b>17,10</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	19,12	9,72	17,39	238,68	0,22
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,89	2,28	6,44	38,61	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	191	5,66	4,88	9,36	105,31	1,04
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	111	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
<b>Итого</b>			<b>522</b>	<b>31,26</b>	<b>25,67</b>	<b>78,03</b>	<b>666,02</b>	<b>16,56</b>
<b>Всего</b>				<b>68,40</b>	<b>61,56</b>	<b>184,01</b>	<b>1 592,93</b>	<b>34,38</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Морохина И.М.

Шеф повар (зав. производством) \_\_\_\_\_

Васильева И.С.