

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №113

/Крючкова В.Н./

МЕНЮ

14 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,23	1,85	13,88	59,75	1,58
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,86	1,53	1,73	23,30	1,34
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	9,99	13,56	1,87	96,60	0,16
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			335	14,88	19,34	30,18	263,65	3,58
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	61	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			61	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	25	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,58	4,44	5,75	75,20	6,79
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	30/50	10,95	11,09	2,54	97,15	0,43
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			554	20,71	20,47	49,32	410,95	8,92
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130	7,60	8,24	11,13	151,08	12,85
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	3,63	5,95	24,19	151,49	0,00
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			449	15,13	16,82	60,32	444,07	15,05
Всего				51,32	57,13	155,32	1 189,17	30,55