

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 113
/Крючкова В.Н./



МЕНЮ

23 апреля 2025 г.

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	24	2,62	3,32	5,67	50,22	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	48	1,44	2,59	2,88	38,88	2,11
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	146	9,67	13,57	2,41	170,64	0,22
	TKN№043	КАКАО С МОЛОКОМ	176	3,72	3,14	15,29	104,86	0,59
Итого			394	17,45	22,62	26,25	364,60	2,92
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	88	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Итого			88	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	37	0,31	0,04	2,83	29,66	1,08
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	64	11,95	2,51	9,94	109,62	0,46
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	160	2,57	6,00	16,72	130,52	7,07
	TKN№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,36	0,08	16,28	67,83	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			701	24,27	14,08	73,27	619,63	13,01
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	46	5,59	5,13	0,34	69,43	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	132	1,93	1,75	8,60	77,21	5,18
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№018	ПЕЧЕНЬЕ	38	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			534	12,11	9,62	32,24	288,24	5,68
Всего				54,15	46,59	139,98	1 309,84	23,20