

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ детский сад №17
/Большакова Е.В./

МЕНЮ

3 мая 2024 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 (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	50	2,36	3,47	26,16	112,47	2,98
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа рисовая, вода питьевая, молоко стерил. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	5,17	7,85	30,43	213,41	0,26
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			441	7,53	11,32	64,99	359,88	3,24
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок фруктовый восстановленный)	186	0,56	0,37	30,27	130,00	3,71
Итого			186	0,56	0,37	30,27	130,00	3,71
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (свекла, масло подсолнечное рафинированное)	50	0,80	2,90	4,00	45,60	1,90
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (картофель, лук репчатый, огурцы соленые, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, говядина б/к задняя часть, сметана 15% жирности)	200/10/5	4,42	7,52	10,53	130,54	5,37
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ (куриная грудка филе, яйца куриные (шт.), молоко стерил. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	80	13,14	15,02	2,52	197,56	0,48
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (макаронные изделия высш. сорт, соль йодированная, масло сладко-сливочное несоленое)	145	3,88	3,30	18,82	118,15	0,00
TKN№047		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,16	0,13	10,66	45,10	0,87
TK №003		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	32	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
TK №004		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен. мука высш. сорт обог. микронутриентами)	34	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			736	25,98	29,82	70,03	653,95	8,62
Полдник								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	50	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (говядина б/к задняя часть, картофель, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	17,60	15,40	16,92	276,41	8,55
	TKN№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (сушеные абрикосы без косточки (курага), сахар песок, вода питьевая, аскорбиновая кислота)	180	0,94	0,06	15,53	67,23	0,30
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	38	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	50	3,80	7,10	24,80	169,30	0,00
Итого			468	24,68	22,80	70,97	579,74	10,45
Всего				58,75	64,31	236,26	1 723,57	26,02

Шеф повар (зав. производством) _____

Соколова Т.Н.