

Утверждаю

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

2 мая 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами)	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко стерил. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	7,09	9,47	28,73	228,78	0,26
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко стерил. 2.5% жирности, вода питьевая)	180	2,99	2,91	11,60	84,85	0,22
Итого			415	13,32	16,48	47,33	375,63	0,48
II Завтрак								
2008		ГРУША СВЕЖАЯ (груша)	86	0,34	0,26	8,83	40,27	4,28
Итого			86	0,34	0,26	8,83	40,27	4,28
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	50	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокачанная, картофель, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к задняя часть, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/10/5	4,28	6,56	8,16	112,07	5,51
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (рыба треска филе, морковь, лук репчатый)	85	15,88	0,54	0,00	178,20	0,65
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, соль йодированная)	20	0,31	1,04	1,25	15,39	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко стерил. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	3,21	5,40	21,37	147,30	10,30
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный байховый, лимон, сахар песок, вода питьевая)	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			758	27,38	14,34	61,10	598,86	18,56
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокачанная, говядина б/к задняя часть, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	180	14,32	12,67	12,91	226,77	18,18
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,14	0,10	9,35	39,33	0,68
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, капуста белокачанная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), петрушка (зелень))	75	3,50	9,00	36,30	201,00	5,60
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК. (йогурт 2,5% жирности)	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			575	22,46	25,02	70,59	568,73	24,84
Всего				63,50	56,10	187,85	1 583,49	48,16

Шеф повар (зав. производством)

Соколова Т.Н.