



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

МЕНЮ

18 апреля 2024 г.
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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 пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30	3,21	4,06	6,93	61,38	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	6,67	8,98	26,22	212,67	0,24
	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко стерил. 2.5% жирности, вода питьевая)	180	2,82	2,79	9,77	75,79	0,22
Итого			415	12,70	15,83	42,92	349,84	0,46
II Завтрак								
	ТК№0 20	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	66	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			66	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
	ТК№0 17	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 белокочанная, 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	4,10	6,34	7,06	104,57	5,14
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (рыба треска филе, морковь, лук репчатый)	75	13,38	0,46	0,00	150,15	0,55
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, соль йодированная)	20	0,30	0,99	1,19	14,65	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко стерил. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	120	2,58	5,06	16,52	122,18	7,87
	ТК№0 38	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. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			718	24,06	13,65	55,09	537,45	15,66
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, говядина б/к задняя часть, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), сметана 15% жирности, мука пшеничная высш. сорт, вода питьевая, томатная паста, соль йодированная)	180	14,27	12,36	12,78	222,89	18,12
	ТК№0 47	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,13	0,10	7,83	33,15	0,65
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (мука пшеничная высш. сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), петрушка (зелень))	75	3,50	9,00	36,30	201,00	5,60
	ТК№0 05	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. (йогурт 2,5% жирности)	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			575	22,40	24,71	68,94	558,67	24,75
Всего				60,66	54,69	187,95	1 541,96	44,89

Шеф повар (зав. производством)

Соколова Т.Н.