

Утверждаю


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

МЕНЮ

27 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (джем, масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами)	35	1,75	2,63	19,75	85,00	2,25
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (пшено, вода питьевая, молоко стерил. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	7,29	8,35	34,70	243,49	0,24
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко стерил. 2.5% жирности, вода питьевая)	180	2,95	2,87	11,18	82,70	0,22
Итого			420	11,99	13,85	65,63	411,19	2,71
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок фруктовый восстановленный)	189	0,57	0,38	30,84	132,43	3,78
Итого			189	0,57	0,38	30,84	132,43	3,78
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (огурцы грунтовые)	54	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ (картофель, горох лущеный, лук репчатый, морковь, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами, соль йодированная)	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ (рыба треска филе, батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, вода питьевая, соль йодированная)	85	9,01	17,07	8,37	170,98	0,21
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (морковь, картофель, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, соль йодированная, молоко стерил. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высшего сорта, вода питьевая, сахар песок)	130	2,68	3,13	11,47	85,56	8,42
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	185	0,15	0,14	14,89	62,25	1,39
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	34	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН БОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами)	36	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			734	19,42	25,79	79,53	589,79	15,12
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (говядина б/к задняя часть, батон нарезной пшеничной муки высшего сорта обог. микроэлементами, вода питьевая, сухари панировочные, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	75	12,95	11,33	13,51	207,71	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко стерил. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	150	2,98	3,45	19,54	121,68	9,09
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ БОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микроэлементами)	21	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ (мука пшеничная высшего сорта, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, масло подсолнечное рафинированное, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая)	50	3,80	7,10	24,80	103,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (сухофрукты (смесь), сахар песок, вода питьевая)	180	0,00	0,00	19,61	78,42	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК. (йогурт 2,5% жирности)	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			601	24,93	25,21	93,69	632,44	9,47
Всего				56,91	65,23	269,69	1 765,85	31,08

Шеф повар (зав. производством) _____

Соколова Т.Н.