

Утверждаю

ВРИОЗаведующий
ГБДОУ детский сад №17
/Большакова Е.В./**МЕНЮ**
18 июня 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ (сыр российский, батон нарезной пшен. мука высш сорт обог. микронутриентами)	35	3,70	7,52	10,90	75,21	0,00
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	4,97	7,04	30,19	204,42	0,24
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ (чай черный байховый, сахар песок, молоко стерил. 2.5% жирности, вода питьевая)	180	2,69	2,80	10,47	78,17	0,23
Итого			420	11,36	17,36	51,56	357,80	0,47
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (сок фруктовый восстановленный)	182	0,55	0,36	29,64	127,27	3,64
Итого			182	0,55	0,36	29,64	127,27	3,64
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ (томаты грунтовые)	42	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, макаронные изделия высш сорт, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированое, вода питьевая, соль йодированная, куриная грудка филе, петрушка (зелень))	200/10/1	4,20	5,20	6,60	118,00	6,80
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ (говяжья печень, крупа рисовая, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	215	20,84	22,68	23,76	383,40	20,20
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (шиповник сухой, сахар песок, вода питьевая)	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1,00	0,12	6,40	31,00	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			683	28,64	28,97	70,96	689,80	104,00
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ (рыба треска филе, молоко стерил. 2.5% жирности, лук репчатый, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	70	11,34	4,57	2,09	94,76	0,88
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель, молоко стерил. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная)	130	2,74	4,33	18,47	124,14	8,93
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (яблоки, вода питьевая, сахар песок, аскорбиновая кислота)	180	0,14	0,14	9,64	41,28	1,44
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ (мука пшеничная высш сорт, дрожжи, молоко стерил. 2.5% жирности, соль йодированная, масло подсолнечное рафинированое)	50	4,84	2,01	28,08	149,65	0,05
Итого			445	20,06	11,17	64,68	440,83	11,30
Всего				60,61	57,86	216,84	1 615,70	119,41

Шеф повар (зав. производством)

Соколова Т.Н.