

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад №17  
Большакова Е.В.



**МЕНЮ**  
20 ноября 2024 г.  
Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	<b>БУТЕРБРОД С СЫРОМ</b> (сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	30	3,56	7,25	10,50	72,45	0,00
2008	189	<b>КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b> (крупа манная, вода питьевая, молоко стерил. 2.5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	5,61	7,46	27,92	200,71	0,23
	ТК№0 40	<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b> (чай черный байховый, сахар песок, молоко стерил. 2.5% жирности, вода питьевая)	180	2,72	2,83	11,24	81,70	0,23
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,89</b>	<b>17,54</b>	<b>49,66</b>	<b>354,86</b>	<b>0,46</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК АБРИКОСОВЫЙ</b> (сок фруктовый восстановленный)	169	0,51	0,34	27,55	118,31	3,38
<b>Итого</b>			<b>169</b>	<b>0,51</b>	<b>0,34</b>	<b>27,55</b>	<b>118,31</b>	<b>3,38</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№0 15	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b> (огурцы грунтовые)	49	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ</b> (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, куриная грудка филе, сметана 15% жирности, соль йодированная, укроп)	200/10/5	4,12	5,52	12,15	116,62	6,47
2012	34	<b>ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ</b> (говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)	80	17,56	7,68	7,06	169,34	12,64
2012	344	<b>РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)</b> (картофель, морковь, лук репчатый, репа, капуста белокочанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	150	2,38	6,83	13,27	123,85	9,11
	ТК№0 42	<b>КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК</b> (яблоки, сахар песок, крахмал картофельный, вода питьевая)	180	0,11	0,10	15,81	65,24	1,04
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	31	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	26	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
<b>Итого</b>			<b>731</b>	<b>28,47</b>	<b>21,12</b>	<b>75,19</b>	<b>609,15</b>	<b>31,26</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	95	16,99	8,64	15,46	212,16	0,19
2008	367	<b>СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)</b> (молоко стерил. 2.5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, ванилин)	50	0,97	2,72	7,30	57,66	0,06
2008	434	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b> (молоко стерил. 2.5% жирности)	199	6,07	6,48	9,52	121,48	0,50
		<b>МАНДАРИН СВЕЖИЙ</b> (мандарин)	71	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	<b>БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ</b> (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)	60	4,53	7,31	29,66	135,96	0,00
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>29,36</b>	<b>25,35</b>	<b>69,44</b>	<b>565,26</b>	<b>15,95</b>
<b>Всего</b>				<b>70,23</b>	<b>64,35</b>	<b>221,84</b>	<b>1 647,58</b>	<b>51,05</b>

Шеф повар (зав. производством)

*Соколова*

Соколова Т.Н.