

Согласовано

Заведующий
ГДБОУ детский сад № 78
/Иванова Е.А./

МЕНЮ

2 марта 2023 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68	1,8
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	160	5,6	8,2	20,6	144	0,44
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84	0,5
Итого			370	9,8	12,7	49,1	296	2,74
II Завтрак								
		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,5	0,5	21	96	4
Итого			70	1,5	0,5	21	96	4
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	36	0,3		0,7	5	0,8
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,3	6,3	8	109	5,1
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	12,5	3,9	0,8	88	0,5
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1	1,2	15	0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4	17,1	117	8,2
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,1		7,2	30	0,92
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,3	0,1	8,5	41	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
Итого			585	22,5	15,8	51,2	444	15,52
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,6	13,5	12,3	228	17,1
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	18,1	74	0,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,3	6	24,2	134	5,1
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,8	2,5	4,5	57	0,3
Итого			485	19,8	22,2	65,5	524	23,1
Всего				53,6	51,2	186,8	1360	45,36

медицинская сестра _____

Неверова О.В.