

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ детский сад № 47
/Лохова Н.С./

МЕНЮ

29 августа 2024 г.

Ясли 12 часов

| Сборник рецептур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 5,00 | 7,30 | 18,30 | 128,00 | 0,40 |
| 2012 | 2 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ | 30 | 1,41 | 2,12 | 15,96 | 68,68 | 1,82 |
| | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,80 | 2,40 | 12,70 | 84,00 | 0,50 |
| Итого | | | 365 | 9,21 | 11,82 | 46,96 | 280,68 | 2,72 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СЛИВА | 100 | 0,72 | 0,27 | 8,64 | 44,10 | 9,00 |
| Итого | | | 100 | 0,72 | 0,27 | 8,64 | 44,10 | 9,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 1,18 | 3,87 | 6,58 | 68,57 | 2,38 |
| 2012 | 321 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 120 | 2,53 | 4,22 | 17,12 | 116,87 | 0,10 |
| 2008 | 228 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ | 60 | 15,35 | 4,85 | 0,34 | 106,17 | 0,43 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,30 | 1,01 | 1,21 | 14,95 | 0,00 |
| | | ПОМИДОР | 40 | 0,44 | 0,08 | 1,50 | 9,50 | 9,90 |
| | ТК№038 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 150/5/3 | 0,07 | 0,01 | 6,74 | 27,52 | 0,85 |
| | | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 | 0,00 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,30 | 0,13 | 8,50 | 41,00 | 0,00 |
| Итого | | | 598 | 22,27 | 14,67 | 49,69 | 423,88 | 13,66 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 304 | ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 160 | 2,30 | 9,57 | 21,67 | 182,43 | 1,23 |
| | | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| | | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 150 | 0,12 | 0,09 | 7,95 | 33,46 | 0,60 |
| | | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,70 | 0,88 |
| Итого | | | 450 | 6,92 | 12,91 | 41,66 | 317,59 | 2,71 |
| Всего | | | | 39,12 | 39,67 | 146,95 | 1 066,25 | 28,09 |

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 47

/Лохова Н.С./

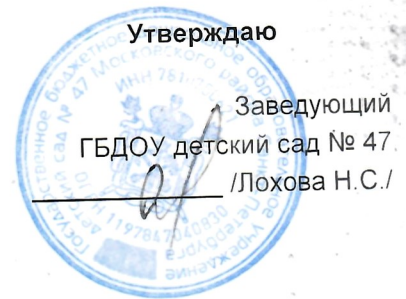


МЕНЮ

29 августа 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 | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205 | 6,70 | 9,70 | 24,40 | 211,00 | 0,50 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 3,24 | 4,10 | 7,00 | 62,00 | 0,00 |
| | ТК№028 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | 180 | 2,80 | 2,40 | 12,70 | 84,00 | 0,50 |
| Итого | | | 415 | 12,74 | 16,20 | 44,10 | 357,00 | 1,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СЛИВА | 100 | 0,72 | 0,27 | 8,64 | 44,10 | 9,00 |
| Итого | | | 100 | 0,72 | 0,27 | 8,64 | 44,10 | 9,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 1,16 | 3,98 | 6,21 | 67,96 | 2,52 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,16 | 5,06 | 21,34 | 143,93 | 0,12 |
| 2008 | 228 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ | 80 | 20,12 | 6,36 | 0,46 | 139,21 | 0,55 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,30 | 1,00 | 1,20 | 14,80 | 0,00 |
| | | ПОМИДОР | 50 | 0,54 | 0,10 | 1,88 | 11,88 | 12,38 |
| | ТК№038 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 180/6/7 | 0,12 | 0,00 | 8,52 | 36,00 | 1,10 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,50 | 0,60 | 10,30 | 52,40 | 0,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,70 | 0,20 | 10,60 | 51,00 | 0,00 |
| Итого | | | 753 | 28,60 | 17,30 | 60,51 | 517,18 | 16,67 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 304 | ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 200 | 2,86 | 12,02 | 27,06 | 228,40 | 1,54 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| | ТК№047 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 180 | 0,14 | 0,11 | 9,41 | 39,63 | 0,72 |
| | | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 | 0,88 |
| Итого | | | 520 | 7,50 | 15,38 | 48,51 | 369,67 | 3,14 |
| Всего | | | | 49,56 | 49,15 | 161,76 | 1 287,95 | 29,81 |



МЕНЮ

29 августа 2024 г.

Алергики

| Сборник рецептов | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамин С, мг |
|-------------------|---------------|---|------------|-------------------|--------------|---------------|-------------------------------|---------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205 | 3,61 | 5,81 | 21,89 | 154,19 | 0,00 |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 3,24 | 4,10 | 7,00 | 62,00 | 0,00 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 | 0,00 |
| Итого | | | 421 | 6,85 | 9,91 | 35,89 | 244,19 | 0,00 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | | СЛИВА | 100 | 0,72 | 0,27 | 8,64 | 44,10 | 9,00 |
| Итого | | | 100 | 0,72 | 0,27 | 8,64 | 44,10 | 9,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 1,22 | 3,73 | 6,35 | 66,54 | 3,27 |
| 2008 | 335 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ | 150 | 3,16 | 5,06 | 21,35 | 143,98 | 0,12 |
| 2008 | 252 | МЯСО ОТВАРНОЕ ГОВЯДИНА | 80 | 2,32 | 0,25 | 12,90 | 64,97 | 5,19 |
| | | ПОМИДОР | 50 | 0,54 | 0,10 | 1,88 | 11,88 | 12,38 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 | 0,00 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 20 | 1,44 | 0,64 | 10,24 | 52,40 | 0,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,70 | 0,20 | 10,60 | 51,00 | 0,00 |
| Итого | | | 726 | 10,38 | 9,98 | 70,32 | 418,77 | 20,96 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 304 | ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 200 | 2,85 | 12,02 | 27,06 | 228,34 | 1,54 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| | ТК№047 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ | 180 | 0,14 | 0,11 | 9,41 | 39,63 | 0,72 |
| | | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 125 | 3,50 | 3,13 | 5,64 | 70,64 | 0,88 |
| Итого | | | 520 | 7,49 | 15,38 | 48,51 | 369,61 | 3,14 |
| Всего | | | | 25,44 | 35,54 | 163,36 | 1 076,67 | 33,10 |