

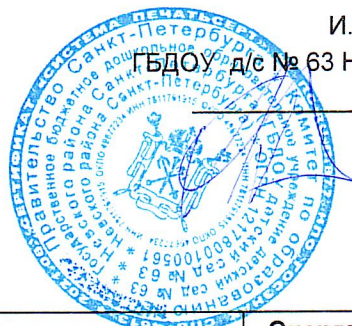
Утверждаю

И.о. заведующего
ГБДОУ д/с № 63 Невского района
Ладода Л.В./

МЕНЮ

4 апреля 2025 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	3,12	6,35	9,20	63,48	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
2008	324	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	3,91	5,77	28,74	182,45	0,00
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,57	2,21	10,45	72,54	0,47
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			355	8,29	11,06	38,15	264,02	1,07
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	119	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			119	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,64	2,46	1,28	39,03	0,11
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,40	1,80	9,40	67,40	5,20
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	145	6,17	8,82	9,80	219,52	11,66
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	0,82	1,24	15,35	0,00
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			549	12,45	14,10	38,15	477,93	16,97
Полдник								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	44	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,28	6,83	23,56	195,86	0,10
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	65	15,24	10,24	0,00	154,81	0,00
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	108	2,10	5,27	17,07	124,27	8,64
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,73	8,26	34,68	136,69	0,00
Итого			389	7,68	15,32	73,64	404,55	6,00
Всего				29,02	40,98	165,44	1 217,00	27,04

Утверждаю

И.о. заведующего

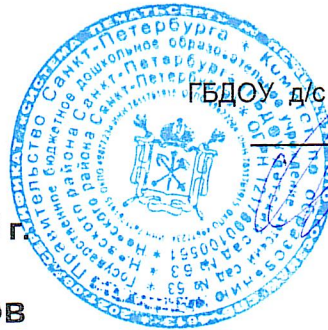
ГБДОУ д/с № 63 Невского района

/Ладода Л.В./

МЕНЮ

4 апреля 2025 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	2,09	3,55	8,83	83,72	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			415	11,49	16,35	49,23	369,72	1,30
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	119	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	149	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			119	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,86	3,13	1,62	49,25	2,05
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,50	2,40	12,50	92,00	6,00
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,32	11,88	13,17	266,31	11,78
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,03	2,06	3,09	38,42	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			754	18,65	20,42	60,88	664,98	20,13
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	44	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	155	5,41	8,57	29,48	246,84	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,42	11,41	48,48	229,78	0,00
Итого			462	8,55	20,08	88,38	524,62	6,20
Всего				39,29	57,35	213,99	1 629,82	30,63