

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ д/с № 63 Невского района

/Бурцева Д.С./



МЕНЮ

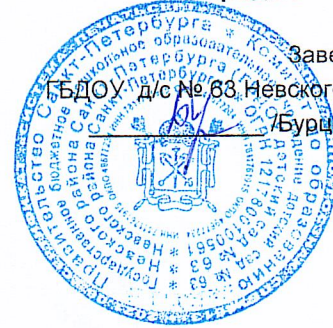
6 февраля 2025 г.

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 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 2,98 | 3,77 | 6,44 | 57,04 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205 | 6,00 | 8,00 | 27,00 | 203,00 | 0,50 |
| | ТК№043 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,76 | 3,17 | 15,44 | 105,93 | 0,59 |
| Итого | | | 415 | 12,74 | 14,94 | 48,88 | 365,97 | 1,09 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК | 176 | 0,96 | 0,24 | 17,80 | 78,00 | 1,44 |
| Итого | | | 176 | 0,96 | 0,24 | 17,80 | 78,00 | 1,44 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 43 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 45 | 0,74 | 6,99 | 5,52 | 88,32 | 3,59 |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 5,60 | 8,30 | 10,30 | 141,00 | 5,10 |
| 2012 | 269 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 80 | 11,22 | 6,25 | 6,46 | 126,84 | 0,36 |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 140 | 2,35 | 1,88 | 9,21 | 62,98 | 5,55 |
| 2012 | 392 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| | ТК №003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 28 | 1,70 | 0,20 | 10,60 | 51,00 | 0,00 |
| | ТК №004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 22 | 1,88 | 0,75 | 12,90 | 66,00 | 0,00 |
| Итого | | | 716 | 23,49 | 24,37 | 63,39 | 570,14 | 14,60 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 224 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 125 | 22,32 | 11,48 | 20,30 | 274,80 | 0,19 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 200 | 6,00 | 4,00 | 9,80 | 98,90 | 1,10 |
| | | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 98 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 15,20 |
| | ТК№018 | ПЕЧЕНЬЕ | 29 | 2,28 | 3,00 | 26,00 | 111,00 | 0,00 |
| Итого | | | 452 | 31,40 | 18,68 | 63,60 | 522,70 | 16,49 |
| Всего | | | | 68,59 | 58,23 | 193,67 | 1 536,81 | 33,62 |

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ д/с № 63 Невского района
Бурцева Д.С./



МЕНЮ
6 февраля 2025 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 | | | | | | | | |
| 2012 | 1 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ | 30 | 2,98 | 3,77 | 6,44 | 57,04 | 0,00 |
| 2008 | 189 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155 | 5,00 | 7,30 | 18,30 | 158,00 | 0,40 |
| 2008 | 184 | КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) | 155 | 4,77 | 7,26 | 28,82 | 199,53 | 0,00 |
| | ТК№029 | КАКАО С МОЛОКОМ | 180 | 3,76 | 3,17 | 15,44 | 105,93 | 0,59 |
| Итого | | | 365 | 11,74 | 14,24 | 40,18 | 320,97 | 0,99 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 442 | СОК | 147 | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 | 1,20 |
| | ТК №002 | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики) | 150 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| Итого | | | 147 | 0,80 | 0,20 | 14,80 | 65,00 | 1,20 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 43 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ | 35 | 0,56 | 5,67 | 4,46 | 71,42 | 1,12 |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,20 | 6,20 | 7,70 | 105,70 | 5,10 |
| 2012 | 57 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергики) | 150/10 | 4,45 | 7,77 | 10,98 | 132,13 | 5,26 |
| 2012 | 269 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ | 60 | 7,75 | 4,08 | 15,40 | 116,28 | 0,20 |
| 2008 | 252 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) | 55 | 13,25 | 8,90 | 0,00 | 134,62 | 0,00 |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ | 115 | 1,88 | 1,50 | 7,33 | 50,29 | 3,95 |
| 2008 | 129 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СОУСЕ (аллергики) | 115 | 0,77 | 0,05 | 7,41 | 33,65 | 4,24 |
| | ТК№030 | ЧАЙ С САХАРОМ | 150/5 | 0,00 | 0,00 | 7,00 | 28,00 | 0,80 |
| | ТК№016 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 28 | 1,63 | 0,20 | 10,63 | 51,63 | 0,00 |
| | ТК№004 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 13 | 1,10 | 0,50 | 7,70 | 39,30 | 0,00 |
| Итого | | | 571 | 17,12 | 18,15 | 60,22 | 462,62 | 11,17 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 237 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА | 100 | 17,35 | 8,92 | 15,78 | 216,58 | 0,20 |
| 2008 | 324 | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики) | 150 | 2,04 | 5,14 | 26,37 | 159,85 | 0,00 |
| 2008 | 434 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | 150 | 4,40 | 3,00 | 7,30 | 74,20 | 0,80 |
| | ТК№035 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики) | 180/6 | 0,00 | 0,00 | 8,40 | 34,00 | 0,00 |
| | ТК№052 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ | 98 | 0,80 | 0,20 | 7,50 | 38,00 | 15,20 |
| | ТК №002 | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики) | 148 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| | ТК№008 | ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ | 20 | 2,80 | 3,60 | 14,90 | 94,40 | 0,00 |
| Итого | | | 368 | 25,35 | 15,72 | 45,48 | 423,18 | 16,20 |
| Всего | | | | 55,01 | 48,31 | 160,68 | 1 271,77 | 29,56 |