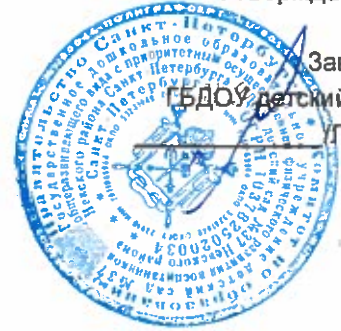


Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №37
(Литус О.Г./)

МЕНЮ

17 января 2025 г.

Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,60	4,68	20,04	127,39	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	40	3,00	1,20	20,60	104,80	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,91	6,73	29,91	200,59	0,00
		КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ НА ВОДЕ (аллергики)	205	3,03	4,90	34,44	193,83	0,00
	030	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			431	6,51	11,41	58,35	361,98	0,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	184	0,92	0,18	18,57	84,56	3,68
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			184	0,92	0,18	18,57	84,56	3,68
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,71	2,58	3,56	40,58	1,69
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,12	7,69	8,88	121,84	4,54
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОВОЙ КРУПКОЙ И ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200	7,26	7,41	12,76	146,91	4,56
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,49	12,18	2,50	161,34	0,34
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	19,87	17,02	0,41	234,03	0,16
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,96	3,37	19,21	120,58	0,00
2008	324 - А	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,54	5,65	20,56	151,04	0,00
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	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			710	22,98	26,89	79,37	649,54	7,27
Полдник								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,31	0,04	0,98	5,50	0,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	135	16,73	14,80	14,19	256,76	7,17
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	135	17,04	15,69	14,30	266,49	7,23
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,06	3,22	28,73	159,81	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (аллергики)	30	2,25	0,90	15,45	78,60	0,00
Итого			434	23,50	18,30	63,62	585,27	7,47
Всего				53,91	56,78	219,91	1 681,35	18,42