

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк А.В./

Государственное бюджетное
дошкольное
образовательное учреждение
детский сад №1
Приморского района
МЕНЮ

4 сентября 2024 г.

Ясли 12 часов

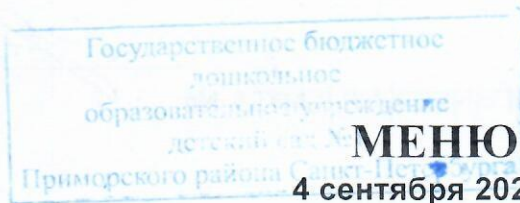
Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,38	2,08	15,62	67,24	1,78
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,95	1,70	1,91	25,78	1,49
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	13,59	18,14	2,24	226,59	0,17
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,08	2,38	12,08	82,68	0,51
Итого			370	19,00	24,30	31,85	402,29	3,95
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	98	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Итого			98	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,18	6,04	5,88	93,55	8,27
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	13,72	14,08	3,63	196,07	0,68
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,11	0,03	8,28	32,37	0,15
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
Итого			595	24,44	25,09	54,10	542,82	10,70
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	155	12,21	12,05	11,10	204,61	15,56
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,61	6,53	31,95	205,04	0,13
2008	435	КЕФИР	103	2,98	2,57	4,11	54,39	0,72
Итого			483	20,90	21,28	67,66	549,04	18,31
Всего				64,74	71,01	164,00	1 541,39	34,97

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №1

/Мартынюк А.В./



4 сентября 2024 г.

Сад 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	35	1,70	3,02	20,49	114,63	5,20
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,48	2,67	2,97	40,07	2,18
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	14,78	18,68	2,45	237,23	0,19
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,48	1,84	10,95	70,79	0,40
Итого			405	20,44	26,21	36,86	462,72	7,97
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	98	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Итого			98	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,35	4,29	5,99	70,81	8,46
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,75	14,80	3,41	205,78	0,64
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,14	4,18	32,32	195,25	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,17	0,05	11,89	46,60	0,22
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,83	0,84	12,80	65,34	0,00
Итого			725	26,97	24,32	76,22	632,01	11,32
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	175	13,88	12,24	12,53	219,10	17,67
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	9,81	42,09	2,17
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,83	0,84	12,80	65,34	0,00
2008	435	КЕФИР	97	2,82	2,43	3,89	51,51	0,68
Итого			501	20,35	15,72	49,63	429,04	20,52
Всего				68,16	66,59	173,10	1 571,01	41,82