Утверждаю

И.о.
ГБДОУ № 64
_____ /Громова Г.В./

МЕНЮ

16 мая 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,84	3,00	10,28	84,09	0,07
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			**360**	**9,64**	**7,30**	**42,38**	**289,09**	**2,37**
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			**150**	**0,60**	**0,50**	**15,50**	**70,50**	**3,00**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	1,20	36,50	0,10
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	150	6,30	9,00	10,00	224,00	11,90
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,80	1,20	14,90	0,00
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			**550**	**12,53**	**14,10**	**38,23**	**479,43**	**17,20**
Полдник								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	1,00	0,10	3,15	18,00	6,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,16	6,63	22,87	190,08	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,79	8,51	35,70	140,70	0,00
Итого			**393**	**8,02**	**15,37**	**75,22**	**408,78**	**7,00**
Всего				**30,79**	**37,27**	**171,33**	**1 247,80**	**29,57**

Отв.исполнитель _____ Илларионова С.В.

Повар _____ Чумакова Е.С.