

Утверждаю

И.И. Заведующий

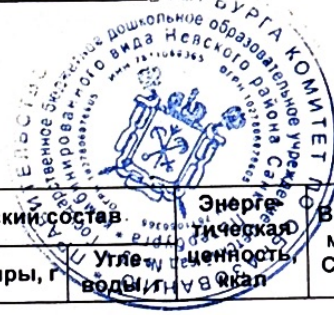
ГБДОУ детский сад №93

И.И. Петракова И.Н. Приказ № 6 от 01.02.2024 г./

МЕНЮ

29 октября 2024 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,90	3,64	10,28	90,13	0,07
	ТК №004	БАТОН (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	9,54	7,03	25,44	203,78	0,53
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ Б/МОЛОЧНАЯ (аллергики)	205	4,36	1,14	23,62	122,00	0,00
2014	ТК№267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,75	2,24	10,14	71,34	0,49
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02
Итого			415	16,19	12,91	45,86	365,25	1,09
II Завтрак								
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	178	0,89	0,18	17,96	81,78	3,56
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	151	0,60	0,51	15,59	70,86	3,02
Итого			178	0,89	0,18	17,96	81,78	3,56
Обед								
	ТК№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	49	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,54	4,22	16,81	127,75	6,75
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	200	1,36	0,23	10,00	47,93	4,75
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	195	29,43	8,74	18,55	298,59	18,34
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ б/м, б/я (аллергики)	200	28,02	4,96	18,71	259,56	18,33
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,25	17,14	84,71	73,48
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,08	0,00	5,97	24,18	0,02
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			673	38,57	14,06	71,10	606,45	103,57
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10,60	4,59	2,04	91,59	0,88
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/70	19,70	16,59	2,54	238,32	0,95
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,70	4,60	17,50	119,40	9,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ б/м (аллергики)	130	2,15	0,43	17,55	82,91	8,88
2008	396	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,14	0,14	9,23	39,63	1,44
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (аллергики)	180	0,14	0,14	9,23	39,63	1,44
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,90	1,65	28,28	147,38	0,10
	ТК №004	БАТОН (аллергики)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			446	19,34	11,10	63,45	429,00	11,42
Всего				74,99	38,25	198,37	1 482,48	119,64

Шеф повар (зав. производством)

Н.А.

Абдуллаева Н.А.