

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад №142

Савенкова Т.М./

# МЕНЮ

2 мая 2024 г.

## Сад

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	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	182	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
<b>Итого</b>			<b>417</b>	<b>13,08</b>	<b>15,33</b>	<b>49,76</b>	<b>373,07</b>	<b>1,11</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	176	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	49	0,79	7,52	5,94	95,04	3,86
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,07	5,56	8,35	100,14	5,65
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	78	9,90	5,19	19,70	161,70	0,39
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	151	2,50	2,00	9,80	67,00	5,90
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	28	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>732</b>	<b>20,84</b>	<b>21,22</b>	<b>75,69</b>	<b>574,88</b>	<b>15,80</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	124	21,86	11,24	19,88	269,14	0,19
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	203	6,06	4,04	9,90	99,89	1,11
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	86	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	34	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>447</b>	<b>31,00</b>	<b>18,48</b>	<b>63,28</b>	<b>518,03</b>	<b>16,50</b>
<b>Всего</b>				<b>65,88</b>	<b>55,27</b>	<b>206,53</b>	<b>1 543,98</b>	<b>34,85</b>

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №142

/Савенкова Т.М./

**МЕНЮ**

2 мая 2024 г.

**Ясли**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
	ТК№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	181	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
<b>Итого</b>			<b>366</b>	<b>12,04</b>	<b>14,60</b>	<b>40,90</b>	<b>327,00</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	145	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>145</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,61	6,16	4,85	77,57	1,21
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,18	5,24	8,51	98,44	5,91
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,60	4,00	15,09	113,95	0,20
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	2,08	1,66	8,11	55,66	4,37
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	28	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>588</b>	<b>17,20</b>	<b>17,76</b>	<b>61,89</b>	<b>464,55</b>	<b>12,49</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	96	17,00	8,74	15,46	212,23	0,19
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	146	4,27	2,91	7,08	71,97	0,78
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	87	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№00 8	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	23	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>352</b>	<b>24,87</b>	<b>15,45</b>	<b>44,94</b>	<b>416,60</b>	<b>16,17</b>
<b>Всего</b>				<b>54,11</b>	<b>47,81</b>	<b>147,73</b>	<b>1 208,15</b>	<b>29,66</b>