

Утверждаю

Заведующая
ГБДОУ №2
/Модок И.С./

МЕНЮ

11 ноября 2024 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ 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	29	1,34	2,02	15,17	65,28	1,73
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			414	11,34	12,72	62,87	375,68	2,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			179	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,20	4,06	21,06	141,81	3,07
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	82	8,67	16,42	7,806	164,53	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,63	2,93	11,16	82,06	8,37
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	179	0,12	0,12	22,70	105,40	1,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	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			702	20,60	24,48	87,78	617,80	14,74
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,50	12,60	10,20	104,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,94	3,20	19,54	119,45	9,15
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	103,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
Итого			466	26,48	25,13	68,65	531,35	12,15
Всего				58,42	62,33	219,30	1 524,83	29,62

Медицинская сестра

Митрофанова Л.В.