

Утверждаю



И.О. Заведующий  
ГБДОУ, детский сад №70 /1  
Панасюк Т.В./

# МЕНЮ

16 июля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,81	3,52	10,28	88,65	0,07
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,01	6,59	26,27	183,97	0,24
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	200	11,26	2,91	48,87	260,70	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,54	2,12	9,50	65,96	0,23
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,10	0,00	13,81	54,99	0,02
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>12,36</b>	<b>12,23</b>	<b>46,05</b>	<b>338,58</b>	<b>0,54</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,54	0,18	27,36	122,40	7,20
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	135	0,54	0,41	13,91	63,45	6,75
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,54</b>	<b>0,18</b>	<b>27,36</b>	<b>122,40</b>	<b>7,20</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	6,99	5,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,29	5,33	11,35	109,44	12,74
		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	1,95	0,36	14,46	67,89	15,01
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,51	8,61	2,30	165,43	20,52
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,47	6,69	12,78	123,41	21,74
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	1,00	0,06	33,20	136,39	0,32
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,98	0,36	11,88	59,40	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,89	0,73	12,97	66,12	0,00
<b>Итого</b>			<b>730</b>	<b>28,54</b>	<b>21,83</b>	<b>85,73</b>	<b>667,18</b>	<b>60,32</b>
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,35	11,47	15,05	229,66	0,19
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	105	1,90	0,38	14,83	69,30	8,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,92	2,43	6,03	48,64	0,06
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,79	4,94	9,17	102,06	0,50
		ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	185	0,10	0,00	13,81	54,99	0,02
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,49	37,96	37,96
2008		ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	90	0,36	0,27	9,27	42,30	4,50
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,54	8,14	33,61	224,18	0,00
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>29,40</b>	<b>27,18</b>	<b>71,35</b>	<b>642,50</b>	<b>38,71</b>
<b>Всего</b>				<b>70,84</b>	<b>61,42</b>	<b>230,49</b>	<b>1 770,66</b>	<b>106,77</b>