

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩАЯ
ГБДОУ Детский сад №22
_____/НИКОЛАЕНКО Н.Е./

МЕНЮ
29 апреля 2025 г.

Ясли 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		
Завтрак								
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,50	1,80	24,30	1,28
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,29	16,16	2,22	203,75	0,18
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,66	2,17	10,91	74,41	0,49
2008		БАТОН	24	1,79	0,69	12,24	62,38	0,00
Итого			354	17,64	20,52	27,17	364,84	1,95
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Итого			150	4,35	3,75	6,30	81,00	0,45
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,61	4,01
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/5	5,55	6,33	4,93	102,95	5,49
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	50	8,65	10,37	1,95	135,85	0,36
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,72	3,40	11,86	89,53	7,88
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	16,48	67,66	0,90
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	22	1,68	0,65	11,50	58,64	0,00
Итого			572	20,34	21,06	56,20	501,03	18,64
Уплотненный полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	110	9,81	9,38	7,85	155,58	13,34
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,90	2,99	18,26	119,84	0,05
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,25	0,06	13,28	55,12	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,37	30,53	0,00
2008		ЯБЛОКО	70	0,26	0,26	6,86	33,09	7,04
Итого			395	16,20	12,84	52,62	394,16	20,43
Всего				58,53	58,17	142,29	1 341,03	41,47

ШЕФ. ПОВАР _____ ШАХРАЙ О.А.