

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,36	3,93	12,58	103,89	0,03
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,45	5,89	22,03	158,71	0,40
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,71	2,17	11,61	77,42	0,46
Итого			360	11,52	11,99	46,22	340,02	0,89
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Итого			150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,15	7,24	7,54
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,38	5,56	7,17	99,51	5,02
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	9,37	0,35	0,31	41,70	0,36
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	10	0,78	9,02	0,16	84,99	0,28
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,35	18,49	124,35	8,97
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	64,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,25	10,56	50,88	0,00
Итого			560	19,25	19,59	37,84	473,17	22,17
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	120/13	21,29	10,88	26,41	301,24	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,59	8,80	99,03	0,98
2008		ГРУША	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			383	26,91	15,67	42,41	433,17	4,48
Всего				62,03	51,00	132,47	1 325,86	28,59

ШЕФ. ПОВАР _____ ШАХРАЙ О.А.