

Утверждаю

И.О. Заведующего
ГБДОУ №11
Гордус Е.А./**МЕНЮ**

21 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,03	8,21	11,90	82,11	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	9,83	12,51	44,00	287,11	2,30
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	171	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			171	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,57	2,19	1,14	34,68	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	5,32	5,09	10,33	108,63	5,12
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	155	13,92	15,12	24,50	289,95	11,64
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,33	0,88	1,32	16,40	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			552	22,07	23,48	53,72	586,29	16,86
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	69	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	140	7,05	9,08	30,39	231,71	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	1,87	8,93	37,48	147,72	0,00
Итого			427	10,59	18,24	83,27	451,43	6,00
Всего				43,09	54,73	196,49	1 395,33	28,16

Медицинская сестра

Никифорова Е.В.

Утверждаю

и.о. Заведующего
ГБДОУ №11
/Гордус Е.А./



МЕНЮ

21 марта 2025 г.

Сад 24 часа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,66	9,48	13,70	94,76	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			420	14,06	22,28	54,10	380,76	1,30
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	151	0,60	0,00	0,00	0,00	3,00
Итого			151	0,60	0,00	0,00	0,00	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,71	2,48	4,16	41,68	1,95
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	205/20	6,68	7,11	12,26	140,00	6,25
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	205	21,16	22,22	26,58	390,70	11,88
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,02	2,04	3,06	38,05	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	50,00	0,30
2008	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,62	51,10	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,84	0,84	12,86	65,63	0,00
Итого			765	33,47	34,89	94,54	777,16	20,38
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	52	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	155	7,75	9,81	30,40	241,18	0,13
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	85	13,58	8,10	33,11	259,77	0,05
Итого			485	21,95	18,04	73,93	548,95	6,28
Всего				70,08	75,21	222,57	1 706,87	30,96

Медицинская сестра

Никифорова Е.В.

Утверждаю

и.о. Заведующего
ГБДОУ №11
/Гордус Е.А./

МЕНЮ

21 марта 2025 г.

Сад 12 часов



Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	2,21	3,74	9,31	88,32	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
	TKN№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			420	11,61	16,54	49,71	374,32	1,30
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,73	2,10	4,28	38,83	2,00
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,68	5,04	12,04	116,52	6,11
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	20,21	20,82	26,09	372,42	11,97
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,00	2,00	3,00	37,30	0,00
	TKN№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00	0,30
2008	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			754	31,56	30,91	75,91	784,07	20,38
Полдник								
	TKN№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	155	7,70	8,05	30,02	223,48	0,13
2012	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,86	3,70	30,26	194,16	0,05
Итого			471	18,28	11,85	70,70	465,64	6,28
Всего				62,05	59,80	211,82	1 694,53	30,96
Медицинская сестра _____				Никифорова Е.В.				