

Утверждаю

И.О. Заведующего

ГБДОУ №11

Гордус Е.А./

**МЕНЮ**

24 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,50	2,25	16,92	72,80	1,93
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>7,72</b>	<b>9,35</b>	<b>43,32</b>	<b>298,80</b>	<b>2,83</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,75	0,15	16,80	76,50	11,10
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>16,80</b>	<b>76,50</b>	<b>11,10</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	5,95	3,84	22,97	150,43	2,78
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	65	7,10	13,43	6,55	134,31	0,22
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,75	4,34	12,05	98,73	7,69
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	155	0,10	0,10	19,28	89,56	0,92
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>584</b>	<b>18,30</b>	<b>22,33</b>	<b>75,95</b>	<b>548,93</b>	<b>13,21</b>
<b>Полдник</b>								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	65	12,36	11,93	9,84	195,86	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,34	3,49	15,52	103,36	7,23
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
<b>Итого</b>			<b>377</b>	<b>16,80</b>	<b>16,04</b>	<b>46,46</b>	<b>397,52</b>	<b>8,03</b>
<b>Всего</b>				<b>43,57</b>	<b>47,87</b>	<b>182,53</b>	<b>1 321,75</b>	<b>35,17</b>

Медицинская сестра

Никифорова Е.В.



# МЕНЮ

24 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУЛЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,58	2,37	17,85	76,84	2,03
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,20	8,30	35,00	224,00	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,58</b>	<b>13,07</b>	<b>65,55</b>	<b>384,84</b>	<b>3,03</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,76	78,00	4,30
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,76</b>	<b>78,00</b>	<b>4,30</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,27	8,61	21,91	186,68	3,15
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РУБЛЕННЫЕ ОТИЗАРНЫЕ	85	9,10	17,23	8,45	172,59	0,21
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,84	0,10	8,50	75,20	8,50
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,70	104,40	1,10
2012	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,63	1,05	18,10	92,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>728</b>	<b>21,40</b>	<b>27,35</b>	<b>93,68</b>	<b>699,47</b>	<b>14,96</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	40	4,90	6,30	26,04	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,10	0,05	10,10	41,60	0,20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДУЛЬКЕ	100	2,00	1,50	3,00	48,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>7,00</b>	<b>7,85</b>	<b>39,14</b>	<b>263,60</b>	<b>0,20</b>
<b>Ужин</b>								
	ТК№016	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	ТК№014	ПОЛИДОР СВЕЖИЙ	299	0,01	0,00	20,03	9,00	10,01
2012	282	КОФЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОРЯДИНЫ	75	13,49	13,49	10,78	218,34	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРОЖЕНЫМ	150	2,93	2,53	19,80	81,81	9,29
	ТК№	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	6,20	2,70	4,70	101,00	3,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,50	0,60	10,32	36,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>572</b>	<b>25,83</b>	<b>19,52</b>	<b>56,23</b>	<b>497,95</b>	<b>22,70</b>
<b>Ужин 2</b>								
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	40	4,90	6,30	26,04	174,00	0,00
2008	392	КАШЕ ИРВАРЕНЬЕ	250	7,25	6,25	10,00	132,50	1,75
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>7,25</b>	<b>6,25</b>	<b>10,00</b>	<b>132,50</b>	<b>1,75</b>
<b>Всего</b>			<b>333</b>	<b>74,02</b>	<b>74,28</b>	<b>282,36</b>	<b>2 056,36</b>	<b>46,94</b>

Медицинская сестра:

Никифорова Е.В.



# МЕНЮ

24 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУЛЕРБРОД С ДУХИ МОМ	35	1,58	2,37	17,85	76,84	2,03
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖЕЛТАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,20	8,30	35,00	224,00	0,50
	TKN#028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>11,58</b>	<b>13,07</b>	<b>65,55</b>	<b>384,84</b>	<b>3,03</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОУС ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,76	78,00	4,30
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,76</b>	<b>78,00</b>	<b>4,30</b>
<b>Обед</b>								
	TKN#015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	55	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,27	8,61	21,91	186,68	3,15
2012	263	ФРИКАДЕЛКИ РУБЛЕННЫЕ ОТПАРНЫЕ	85	9,10	17,23	8,45	172,59	0,21
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,84	0,10	8,50	75,20	8,50
	TKN#042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,70	104,40	1,10
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,63	1,05	18,10	92,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>728</b>	<b>21,40</b>	<b>27,35</b>	<b>93,68</b>	<b>699,47</b>	<b>14,96</b>
<b>Полдник</b>								
	TKN#018	ПЕЧЕНЬЕ	40	4,90	6,30	26,04	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,10	0,05	10,10	41,60	0,20
	TKN#005	ЙОГУРТ В ИНДУЛЬКЕ	100	2,00	1,50	3,00	48,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>335</b>	<b>7,00</b>	<b>7,85</b>	<b>39,14</b>	<b>263,60</b>	<b>0,20</b>
<b>Ужин</b>								
	TKN#014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	99	0,01	0,00	0,03	9,00	10,01
2012	282	КОФЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОРЯДИНЫ	75	13,49	13,49	10,78	218,34	0,00
2012	283	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОЗЖОВЬЮ	81	8,45	17,23	8,45	172,59	0,21
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОЗЖОВЬЮ	150	2,93	2,53	19,80	81,81	9,29
	TKN#	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	6,20	2,70	4,70	101,00	3,40
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,50	0,60	10,32	36,80	0,00
<b>Итого</b>			<b>572</b>	<b>25,83</b>	<b>19,52</b>	<b>56,23</b>	<b>497,95</b>	<b>22,70</b>
<b>Ужин 2</b>								
	TKN#018	ПЕЧЕНЬЕ	40	4,90	6,30	26,04	174,00	0,00
2008	392	КЕФИР ВАРЕНЬЕМ	1250	7,25	6,25	10,00	132,50	1,75
<b>Итого</b>			<b>250</b>	<b>7,25</b>	<b>6,25</b>	<b>10,00</b>	<b>132,50</b>	<b>1,75</b>
<b>Всего</b>			<b>33</b>	<b>74,02</b>	<b>74,28</b>	<b>282,36</b>	<b>2 056,36</b>	<b>46,94</b>

Медицинская сестра: \_\_\_\_\_

Никифорова Е.В.