

МЕНЮ
18 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,66	7,46	10,61	74,57	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	156	3,80	6,10	20,90	164,00	0,40
	ТК№02 в	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			366	10,66	15,36	45,31	305,57	2,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	154	0,77	0,15	17,23	78,46	11,38
Итого			154	0,77	0,15	17,23	78,46	11,38
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	36	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,73	4,78	12,25	110,99	4,69
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	155	15,04	16,49	17,07	209,52	14,36
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	160	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			530	22,77	22,19	63,22	477,71	82,81
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	45	7,72	4,96	0,19	75,33	0,65
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,33	3,57	15,68	104,58	7,60
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,00	4,60	24,10	163,98	0,10
Итого			370	13,15	13,35	64,47	449,89	9,55
Всего				47,35	51,05	190,23	1 311,63	105,84

Медицинская сестра

Никифорова Е.В.

Утверждаю

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



МЕНЮ
18 марта 2025 г.

Сад 24 часа

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,38	8,92	12,90	89,24	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	TK№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			425	12,65	19,82	54,40	371,24	1,00
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	114	0,40	0,40	9,90	44,20	4,00
Итого			114	0,40	0,40	9,90	44,20	4,00
Обед								
	TK№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,50	0,13	1,90	12,00	4,97
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,99	6,25	17,01	144,34	8,00
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	220	21,27	23,14	24,25	391,25	20,61
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
2008	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,36	0,16	28,50	241,30	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,08	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			701	29,80	30,42	81,36	721,19	105,58
Полдник								
2008	TK 4420	СОК АБРИКОСОВЫЙ	333	0,96	0,24	17,80	78,00	2,90
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	7,10	1,43	39,73	200,03	0,14
Итого			403	8,06	1,67	57,53	278,03	3,04
Ужин								
2012	TK №014	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,13	0,45	0,29	141,51	0,88
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	182	0,40	0,09	30,60	95,00	25,20
2008	399	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,78	0,17	29,60	127,57	21,44
2008	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,80	0,80	12,80	65,50	0,00
Итого			486	12,81	1,71	83,89	480,58	47,52
Ужин 2								
2008	TK 435	РЯЖЕНКА	250	7,25	6,25	10,50	135,00	0,75
Итого			250	7,25	6,25	10,50	135,00	0,75
Всего				70,97	60,27	297,58	2 030,24	161,89

Медицинская сестра

Никифорова Е.В.

Утверждаю

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

МЕНЮ
18 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	30	3,53	7,18	10,40	71,76	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			415	11,80	18,08	51,90	353,76	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	178	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Итого			178	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	52	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,90	5,05	16,33	130,51	6,80
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С.РИСОМ	205	19,69	21,42	22,44	362,10	19,07
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
2008	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			683	28,19	27,56	79,37	681,01	102,87
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,22	0,46	0,30	142,96	0,89
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,74	4,64	18,65	127,66	9,06
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,85	1,54	28,15	145,79	0,10
Итого			445	16,93	6,88	75,22	535,61	11,45
Всего			204	57,88	52,76	224,29	1 648,38	119,62
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
2008	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			215	3,10	1,16	38,70	176,40	72,00
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,22	0,46	0,30	142,96	0,89
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,74	4,64	18,65	127,66	9,06
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,85	1,54	28,15	145,79	0,10
Итого			445	16,93	6,88	75,22	535,61	11,45
Всего			204	57,88	52,76	224,29	1 648,38	119,62

Никифорова Е.В.