

1 день

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 11
/Брославская Е.Е./**МЕНЮ**
30 сентября 2024 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,50	4,43	7,56	66,96	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	6,12	7,42	29,34	209,20	0,44
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			383	9,74	11,85	45,42	312,16	1,54
II Завтрак								
	TKN№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	163	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			163	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	TKN№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	45	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	150/10/10	5,21	5,67	9,05	108,15	3,90
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	65	11,74	6,33	2,73	114,68	0,34
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,78	4,62	18,47	127,26	8,60
	TKN№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			607	22,23	17,34	64,75	506,29	14,44
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	7,35	11,07	20,00	236,40	1,36
	TKN№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	7,23	4,16	28,20	179,60	0,08
Итого			406	15,58	15,35	61,60	475,00	2,24
Всего				48,15	45,14	186,57	1 359,75	24,22

Диетсестра _____ Пасюта Н.В.

2 день

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 11

/Брославская Е.Е./

МЕНЮ

1 октября 2024 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	25	2,92	5,93	8,60	59,34	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,44	6,07	20,51	151,02	0,38
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,37	2,60	9,00	69,40	0,43
Итого			360	8,73	14,60	38,11	279,76	0,81
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	152	0,76	0,15	15,30	65,16	3,03
Итого			152	0,76	0,15	15,30	65,16	3,03
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	150/10/1	4,76	4,95	13,89	119,52	5,39
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	155	14,88	16,32	16,90	207,36	14,21
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			536	22,64	22,19	64,69	484,08	83,36
Полдник								
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,64	3,76	18,42	118,39	9,01
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,71	3,12	1,44	64,68	0,65
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,14	0,14	8,04	34,80	1,42
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,20	1,60	24,52	129,27	0,10
Итого			386	15,69	8,74	58,82	378,14	11,18
Всего				47,82	45,68	176,92	1 207,14	98,38

Диетсестра

Пасюта Н.В.

Здесь

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 11
Брославская Е.Е./

МЕНЮ

2 октября 2024 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,41	2,12	15,96	68,68	1,82
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,95	1,70	1,91	25,76	1,48
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	12,61	17,16	2,32	214,33	0,19
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,98	3,00	13,01	91,71	0,50
Итого			365	17,95	23,98	33,20	400,48	3,99
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			146	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ	150/10/5	4,68	6,45	8,94	115,36	9,63
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,65	15,86	3,55	219,31	0,66
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			589	27,51	27,25	53,52	573,27	11,99
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	175	14,13	13,92	15,46	247,11	16,76
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	3,82	6,25	25,44	159,32	0,00
	ТК№037	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			520	22,55	23,43	67,03	562,06	19,04
Всего				68,61	75,16	169,25	1 606,31	38,02

Диетсестра

Пасюта Н.В.

4 день

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 11

Брославская Е.Е./

МЕНЮ

3 октября 2024 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		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	6,29	8,38	27,05	209,26	0,42
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,78	3,89	12,03	99,37	0,59
Итого			370	13,21	16,25	45,87	368,77	1,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	157	0,79	0,16	15,87	67,55	3,14
Итого			157	0,79	0,16	15,87	67,55	3,14
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	45	0,70	7,14	5,62	89,86	1,40
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,70	6,67	8,99	117,65	5,72
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	1,53	1,60	7,61	56,21	4,96
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	9,76	6,86	5,07	121,10	0,25
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			593	19,42	22,97	52,62	503,75	13,13
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	18,23	9,37	16,58	227,63	0,21
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,63	1,90	5,20	40,53	0,08
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	155	4,58	5,05	7,42	94,72	0,85
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	99	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	21	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			410	27,04	20,12	51,60	495,28	16,34
Всего				60,46	59,50	165,96	1 435,35	33,62

Диетсестра

Пасюта Н.В.

5 день

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 11

/Брославская Е.Е./

МЕНЮ

4 октября 2024 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	3,73	7,59	11,00	75,90	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,72	6,93	22,25	170,95	0,60
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,62	2,87	9,84	76,38	0,48
Итого			365	11,07	17,39	43,09	323,23	1,08
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	151	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			151	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,32	1,21	36,87	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,78	4,63	10,86	104,36	5,40
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	155	12,94	12,26	25,92	265,99	12,29
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	0,82	1,22	15,20	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,76	0,05	12,50	54,08	0,24
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			558	21,03	20,28	62,34	528,13	18,03
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,25	8,02	24,32	194,51	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,73	8,26	34,68	136,68	0,00
Итого			397	9,65	16,51	74,40	403,19	6,00
Всего				42,35	54,68	195,33	1 325,05	28,11

Диетсестра

Пасюта Н.В.

6 день

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 11
/Брославская Е.Е./

МЕНЮ

7 октября 2024 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,47	2,21	16,59	71,40	1,89
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,52	7,46	26,80	197,05	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,84	2,86	11,59	84,23	0,48
Итого			365	9,83	12,53	54,98	352,68	2,77
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	155	0,77	0,15	15,64	66,61	3,10
Итого			155	0,77	0,15	15,64	66,61	3,10
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	2,85	4,97	12,31	106,13	8,35
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	65	6,85	12,95	6,31	129,47	0,21
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	12,60	52,21	0,95
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			572	14,90	22,03	61,32	488,81	13,91
Полдник								
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	125	2,46	4,43	16,23	115,16	7,58
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	11,20	11,63	9,50	187,30	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	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
Итого			372	15,76	16,68	46,83	400,76	8,38
Всего				41,26	51,39	178,77	1 308,86	28,16

Диетсестра

Пасюта Н.В.

4 день

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 11
/Брославская Е.Е./

МЕНЮ
8 октября 2024 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,37	4,26	7,28	64,48	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,22	2,14	2,45	33,05	1,90
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,51	14,18	1,90	177,52	0,16
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,83	3,95	11,96	100,00	0,60
Итого			355	18,93	24,53	23,59	375,05	2,66
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	156	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			156	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,35	0,04	3,21	33,66	1,12
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,84	6,42	12,13	128,19	5,07
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	115	1,85	4,22	11,74	91,67	4,94
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	9,70	10,24	9,93	170,62	0,40
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,34	0,08	15,11	63,09	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			561	19,18	21,62	66,22	557,53	11,53
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	41	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,57	1,48	7,89	56,06	5,46
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	31	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			513	15,95	14,75	53,65	420,69	5,94
Всего				54,66	61,40	158,96	1 423,77	23,13

Диетсестра

Пасюта Н.В.

8 день

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 11

/Брославская Е.Е./

МЕНЮ
9 октября 2024 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	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,83	7,01	24,17	178,90	0,42
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,74	3,01	10,37	80,21	0,50
Итого			370	11,60	18,23	46,44	341,22	0,92
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	153	0,77	0,15	15,46	65,83	3,06
Итого			153	0,77	0,15	15,46	65,83	3,06
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,27	5,06	13,80	120,23	7,39
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	165	2,98	7,12	17,93	153,79	12,94
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	55	11,76	5,15	4,73	113,40	8,61
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	19,56	78,18	0,00
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			624	22,51	18,13	77,92	574,60	30,54
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	90	15,62	8,03	14,19	194,70	0,18
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,62	1,72	4,31	35,24	0,08
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	161	4,77	5,27	7,73	98,71	0,88
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	109	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,74	6,14	24,96	156,31	0,00
Итого			440	25,55	21,36	58,69	522,96	16,34
Всего				60,43	57,87	198,51	1 504,61	50,86

Диетсестра

Пасюта Н.В.

Зрель

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 11

/Брославская Е.Е./

МЕНЮ
10 октября 2024 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,58	2,37	17,85	76,84	2,03
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,18	8,15	20,94	178,52	0,43
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,89	2,92	11,45	84,35	0,49
Итого			370	9,65	13,44	50,24	339,71	2,95
II Завтрак								
	TKN№006	БАНАН СВЕЖИЙ	107	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			107	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	TKN№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	42	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,49	6,40	8,56	112,19	5,70
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,69	4,56	18,43	126,00	8,97
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	65	11,88	0,43	0,00	150,12	0,43
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,97	1,16	14,36	0,00
	TKN№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	TKN№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			619	22,12	13,00	52,15	517,17	16,80
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,44	13,94	12,44	235,77	18,48
	TKN№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,13	0,10	8,18	34,58	0,67
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,39	6,24	25,17	139,36	5,30
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			521	21,46	23,53	57,82	511,34	24,83
Всего				54,73	50,47	181,21	1 464,22	48,58

Диетсестра _____

Пасюта Н.В.

10 д.н.в

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 11
/Брославская Е.Е./

МЕНЮ
11 октября 2024 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,18	4,02	6,86	60,76	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,83	6,58	23,16	167,87	0,42
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого			371	7,01	10,60	38,42	262,23	1,38
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	155	0,78	0,16	15,67	66,73	3,10
Итого			155	0,78	0,16	15,67	66,73	3,10
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50	0,10
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,02	6,61	7,91	111,38	4,01
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	115	3,14	2,65	15,19	95,45	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,75	12,84	2,03	162,43	0,38
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	7,81	32,95	0,61
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			569	20,43	25,19	54,54	529,71	5,10
Полдник								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	13,61	12,77	13,28	222,54	6,71
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,72	0,04	11,76	50,91	0,23
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,69	6,89	24,06	159,08	0,00
Итого			371	19,32	19,82	56,50	469,13	8,54
Всего				47,54	55,77	165,13	1 327,80	18,12

Диетсестра

Пасюта Н.В.