

1 день

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 11

/Брославская Е.Е./

МЕНЮ
30 сентября 2024 г.
Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,50	4,43	7,56	66,96	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	8,16	8,41	39,06	265,38	0,58
	TK№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			433	11,78	12,84	55,14	368,34	1,68
II Завтрак								
	TK №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								
	TK№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	57	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	205/10/10	5,22	5,68	8,80	107,31	3,76
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	90	14,85	13,20	3,75	192,77	0,44
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	180	3,49	5,53	23,24	157,65	10,81
	TK№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	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	10,30	52,40	0,00
Итого			780	27,26	25,33	81,17	664,47	16,91
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	225	22,60	20,91	37,86	230,52	1,58
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	24,17	96,64	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	4,92	2,83	18,85	120,85	0,05
Итого			486	29,22	23,94	91,48	499,01	1,63
Всего				68,86	62,71	242,59	1 598,12	26,22

Диетсестра _____ Пасюта Н.В.

2 день

Утверждаю

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

МЕНЮ
1 октября 2024 г.
Сад 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	2,92	5,93	8,60	59,34	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,44	6,79	26,55	185,78	0,49
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,46	2,65	9,62	72,75	0,45
Итого			410	9,82	15,37	44,77	317,87	0,94
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	182	0,91	0,18	18,36	78,18	3,64
Итого			182	0,91	0,18	18,36	78,18	3,64
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ	200/10/1	5,63	5,47	19,52	150,21	7,82
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	195	18,53	20,16	21,12	340,80	17,95
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			670	27,76	26,72	81,24	679,41	102,77
Полдник								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,09	4,26	21,70	137,98	10,64
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10,78	4,33	2,01	90,20	0,91
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,16	0,16	9,66	41,87	1,71
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	4,24	1,60	24,50	129,30	0,10
Итого			461	19,27	10,47	64,27	430,35	13,36
Всего				57,76	52,74	208,64	1 505,81	120,71

Диетсестра

Пасюта Н.В.

Зренив

Утверждаю

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

МЕНЮ
2 октября 2024 г.
Сад 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	1,41	2,12	15,96	68,68	1,82
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	55	1,58	2,84	3,15	42,53	2,31
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	155	15,69	21,31	2,90	266,26	0,24
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,98	3,00	12,98	91,58	0,50
Итого			420	21,66	29,27	34,99	469,05	4,87
II Завтрак								
	TK № 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								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ	200/5/1	1,82	4,17	9,68	86,52	10,42
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	21,87	22,23	4,95	307,36	0,93
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			749	33,51	32,92	71,23	744,78	13,55
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	205	16,60	14,51	18,07	273,43	19,71
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			549	23,02	18,35	58,90	499,16	22,39
Всего				78,79	81,04	180,62	1 783,49	43,81

Диетсестра _____ Пасюта Н.В.

Аренв

Утверждаю

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

МЕНЮ
3 октября 2024 г.
Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,97	7,27	30,31	210,31	0,52
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,78	3,89	12,04	99,59	0,59
Итого			420	12,89	15,14	49,14	370,04	1,11
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	189	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Итого			189	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	0,94	8,89	7,02	112,32	4,56
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,76	6,90	9,26	121,14	5,94
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	155	2,34	2,06	11,73	81,71	6,85
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	12,97	9,10	6,76	160,86	0,33
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			748	24,59	27,90	66,67	627,03	17,68
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	23,93	12,30	21,77	294,63	0,21
2008	366	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50	1,04	3,15	8,66	67,28	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	206	6,08	6,71	9,86	125,93	1,12
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	99	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	32	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			522	34,13	25,36	73,79	636,84	16,66
Всего				72,57	68,64	207,40	1 711,91	36,89

Диетсестра _____ Пасюта Н.В.

5 день

Утверждаю

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

МЕНЮ
4 октября 2024 г.
Сад 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	45	2,53	4,29	10,67	101,20	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,28	9,21	29,63	227,73	0,80
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,74	2,68	10,65	78,43	0,52
Итого			425	11,55	16,18	50,95	407,36	1,32
II Завтрак								
	ТК № 002	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	50	0,81	2,93	1,52	46,06	1,92
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,89	5,49	12,33	122,69	6,30
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	205	21,19	21,11	27,21	383,51	12,27
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,02	2,04	3,06	38,05	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,91	0,05	15,03	65,03	0,29
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			760	33,40	32,57	82,65	772,34	20,78
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	155	7,79	7,92	30,32	224,06	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	70	2,42	11,41	48,48	229,78	0,00
Итого			468	10,93	19,43	89,22	501,84	6,23
Всего				56,48	68,68	238,32	1 752,04	31,33

Диетсестра

Пасюта Н.В.

6 день

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 11

/Брославская Е.Е./

МЕНЮ
7 октября 2024 г.

Сад 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	205	7,12	8,38	34,68	243,40	0,52
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,84	2,86	11,59	84,23	0,48
Итого			415	11,43	13,45	62,86	399,03	2,89
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	186	0,93	0,19	18,78	79,94	3,72
Итого			186	0,93	0,19	18,78	79,94	3,72
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	135	2,81	3,17	11,97	88,46	9,04
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	85	9,10	17,23	8,45	172,59	0,21
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	185	0,12	0,11	15,21	63,01	1,14
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			717	19,61	25,96	80,43	595,06	15,49
Полдник								
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,08	3,52	20,49	126,68	9,63
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	75	13,07	11,66	11,01	201,01	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	21,92	87,64	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	103,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			601	25,15	25,61	94,45	639,96	10,01
Всего				57,12	65,21	256,52	1 713,99	32,11

Диетсестра

Пасюта Н.В.

Утверждаю

Утверждаю

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

МЕНЮ
8 октября 2024 г.
Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,37	4,26	7,28	64,48	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,52	2,73	3,03	40,91	2,22
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,68	21,19	2,86	265,04	0,24
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,85	3,97	11,98	100,24	0,60
Итого			415	24,42	32,15	25,15	470,67	3,06
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	155	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			155	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,44	0,05	4,02	42,13	1,53
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,03	6,76	13,60	137,89	5,70
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	155	2,47	5,77	16,07	125,45	6,80
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	11,36	16,41	11,44	239,03	0,47
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,41	0,09	18,13	75,67	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			722	23,29	30,03	86,76	737,17	14,50
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	41	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	160	2,39	1,89	12,19	81,88	7,47
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	51	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			598	16,38	14,76	80,12	521,51	8,05
Всего				64,69	77,44	207,53	1 799,85	28,61

Диетсестра _____ Пасюта Н.В.

8 день

Утверждаю

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

МЕНЮ
9 октября 2024 г.
Сад 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,03	8,21	11,90	82,11	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,21	7,56	31,21	217,46	0,55
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,84	3,07	11,16	84,32	0,52
Итого			420	13,08	18,84	54,27	383,89	1,07
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	184	0,92	0,18	18,55	78,98	3,67
Итого			184	0,92	0,18	18,55	78,98	3,67
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	54	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ	200/10/5	4,34	5,06	14,33	122,76	7,66
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	165	2,93	7,16	17,67	153,10	12,82
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	18,82	8,23	7,56	181,44	13,55
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	23,44	93,75	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			755	30,39	21,44	89,90	685,15	36,03
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	19,47	9,90	17,71	243,10	0,22
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	1,02	2,81	7,19	58,37	0,14
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	215	6,33	6,99	10,27	131,14	1,17
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	109	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,58	7,38	29,95	137,28	0,00
Итого			544	32,20	27,28	72,62	607,89	16,73
Всего				76,59	67,74	235,34	1 755,91	57,50

Диетсестра _____ Пасюта Н.В.

9 день

Утверждаю

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

МЕНЮ
10 октября 2024 г.
Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,40	4,31	7,35	65,10	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,31	27,10	219,72	0,55
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,89	2,92	11,42	84,21	0,49
Итого			415	12,99	16,54	45,87	369,03	1,04
II Завтрак								
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	107	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			107	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	52	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,55	6,59	8,76	115,21	5,93
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	160	3,40	5,44	23,01	155,04	11,19
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	85	15,88	0,54	0,00	178,20	0,65
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,97	1,16	14,36	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			773	27,82	14,34	63,25	608,71	19,87
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	190	15,20	13,18	13,11	235,08	19,53
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,16	0,12	9,85	41,64	0,80
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,61	9,27	37,39	207,03	5,77
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			586	23,47	25,82	72,38	585,38	26,48
Всего				65,78	57,20	202,50	1 659,12	51,41

Диетсестра _____ Пасюта Н.В.

10 дней

Утверждаю

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

МЕНЮ
11 октября 2024 г.

Сад 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	40	1,86	2,74	20,68	88,89	2,35
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,94	7,37	29,83	206,27	0,54
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			431	6,80	10,11	58,91	329,16	2,89
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	186	0,93	0,19	18,80	80,05	3,72
Итого			186	0,93	0,19	18,80	80,05	3,72
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	4,00	45,60	1,90
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,37	7,62	10,46	132,05	5,33
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	3,88	3,30	18,82	118,15	0,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	11,53	13,26	2,38	174,73	0,46
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,15	0,11	9,40	39,63	0,74
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			714	24,31	28,14	68,56	627,16	8,43
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	17,02	14,78	16,61	267,43	8,39
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,85	0,05	14,13	61,13	0,27
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,69	6,89	24,06	164,22	0,00
Итого			445	23,90	21,96	68,52	559,58	10,26
Всего				55,94	60,40	214,79	1 595,95	25,30

Диетсестра _____ Пасюта Н.В.