

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 87
/Е.Л. Емельянова/



МЕНЮ

13 марта 2025 г.

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	2,92	3,69	6,30	55,80	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,48	2,90	10,83	84,23	0,57
Итого			410	12,40	14,59	44,13	343,03	1,07
II Завтрак								
2008	442	СОК	172	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Итого			172	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	45	0,83	4,86	6,37	72,63	3,81
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,06	5,54	8,20	101,01	5,47
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	75	9,93	5,28	6,52	113,25	0,33
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	145	2,05	1,67	9,42	66,45	5,68
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,02	0,00	5,62	22,52	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			713	20,47	18,30	59,63	492,86	15,29
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	22,02	13,20	20,71	295,83	0,23
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	197	5,94	3,96	9,70	97,91	1,09
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	92	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	36	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			445	31,04	20,36	63,91	542,74	16,52
Всего				64,87	53,49	185,47	1 456,63	34,32