

Утверждаю

И.о. заведующей
ГБДОУ № 122
Л.И. Фоменкова/**МЕНЮ**

30 мая 2025 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	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,00	
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	0,4
		ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			6,6	27	0
Итого			356	7	10,2	34,5	243	0,4
II Завтрак								
2008	ТК №2	ГРУША СВЕЖАЯ	127	0,60	0,50	15,50	71,00	3,6
Итого			127	0,60	0,50	15,50	71,00	3,6
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	3,2	37	0,1
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,5	6	8	102	4
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,5	12,7	2,3	162	0,4
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,2	2,7	15,7	98	0
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,1	0,1	8,2	34	0,6
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
Итого			565	19	24,4	51,5	503	5,1
Полдник								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14	13,2	13,5	144	6,9
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,8		12,4	53	0,2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,4	5	29,3	179	0
Итого			375	20,5	18,3	62,6	413	8,7
Всего				47,3	53,1	163,4	1224	17,8

МЕНЮ

30 мая 2025 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	TK№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,00	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	6,8	27,9	232	0,5
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ Б/МОЛ (аллергики)	205	2,1	3,8	23,9	180	0,5
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,1		5,9	24	0
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		0,9	14	0
Итого			411	7,2	15,8	46,8	396	0,5
II Завтрак								
2008	TK №2	ГРУША СВЕЖАЯ	127	0,60	0,50	15,50	71,00	4,3
Итого			127	0,60	0,50	15,50	71,00	4,3
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4	46	1,9
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,9	6,9	10,6	123	5,3
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	11	12,9	2,5	170	0,5
2008	302	КУРА ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	16,6	14,2	1,4	199	0,7
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4	3,4	19,2	121	0
	TK№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,2	0,1	9,8	41	0,8
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,7	0,2	10,6	51	0
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,5	79	0
Итого			715	23,9	27,3	72,2	631	8,5
Полдник								
	TK№015	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,3		1	6	1,6
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,5	16,5	16,9	216	8,6
	TK№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1	0,1	15,1	66	0,3
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,3	30	0
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,3	4,8	29	176	0
Итого			435	24,1	21,5	68,3	494	10,5
Всего				56,2	64,8	205,1	1599	23,8