

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ Детский сад №130
/Машинина Г.И.



МЕНЮ
28 мая 2025 г.

Если 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
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,31	2,29	2,62	35,38	2,03
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,20	13,78	1,90	92,27	0,17
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
того			355	18,85	23,73	27,84	302,68	2,81
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
того			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	0,32	0,04	2,99	31,30	1,04
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	65	12,25	2,58	10,18	112,41	0,44
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,80	4,10	11,40	89,00	4,80
		КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,09	0,13	6,98	33,79	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,20	0,55	8,39	42,84	0,00
того			559	21,06	10,80	48,74	501,34	10,28
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	2,11	2,95	10,80	78,87	6,82
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,89	0,22	11,77	56,61	0,00
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
того			484	16,04	15,60	56,57	433,27	7,22
сего				56,55	50,63	148,65	1 307,79	23,31

Диетсестра _____ Козлова Елена Викторовна