

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 14  
/Новохацкая И.Б./**МЕНЮ**  
22 ноября 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,79	2,63	19,83	85,26	2,26
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>426</b>	<b>6,89</b>	<b>9,43</b>	<b>56,13</b>	<b>351,26</b>	<b>2,76</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	176	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
<b>Итого</b>			<b>176</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>17,82</b>	<b>77,40</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>								
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	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	75	10,82	4,16	9,67	140,71	0,52
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	140	3,76	3,20	18,24	114,49	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	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
<b>Итого</b>			<b>713</b>	<b>24,78</b>	<b>18,83</b>	<b>90,23</b>	<b>627,20</b>	<b>8,42</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	145	16,63	15,68	16,06	205,49	8,17
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,36	0,02	25,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
<b>Итого</b>			<b>403</b>	<b>19,33</b>	<b>15,94</b>	<b>54,78</b>	<b>374,29</b>	<b>9,77</b>
<b>Всего</b>				<b>51,90</b>	<b>44,38</b>	<b>218,96</b>	<b>1 430,15</b>	<b>24,55</b>