



Утверждаю

 Заведующий
 ГБДОУ № 43
 /Е.В.Крикун/

МЕНЮ

4 апреля 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,34	0,50	16,95	76,53	4,51
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	5,66	6,99	27,21	194,96	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	4,50	4,72	31,20	185,23	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	196	5,78	4,99	9,56	107,63	0,00
Итого			426	12,78	12,48	53,72	379,12	4,51
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	134	0,70	0,00	18,60	85,50	3,60
Итого			134	0,70	0,00	18,60	85,50	3,60
Обед								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	59	0,48	0,00	1,56	8,40	2,40
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,37	11,00	8,29	153,13	3,16
2008	89	РАССОЛЬНИК (аллергики)	200	1,54	3,49	11,01	82,18	5,65
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	80	16,60	5,47	3,11	130,50	0,34
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	13,70	0,50	0,40	61,20	0,50
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,95	4,59	23,82	148,69	12,04
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,20	0,09	10,72	45,33	34,10
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			742	27,18	22,10	71,00	603,05	52,04
Уплотненный полдник								
2008	262	ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	14,93	20,31	104,87	294,28	26,01
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,17	8,34	40,12	0,00
к/к	к/к	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	50	5,20	6,48	33,21	212,11	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,17	0,00	15,77	64,57	0,82
Итого			470	21,60	26,96	162,19	611,08	26,83
Всего				62,26	61,54	305,51	1 678,75	86,98