

Утверждаю


 ЕБДОУ д/с 77
 /Ковалева С.А./

МЕНЮ

5 марта 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,93	3,63	10,71	92,00	0,07
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,92	6,65	30,18	203,73	0,51
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	4,41	1,04	30,91	150,69	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,66	2,23	10,25	72,25	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,39	0,00	6,62	28,03	0,08
Итого			415	12,51	12,51	51,14	367,98	1,08
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,18	0,36	28,94	120,45	719,10
Итого			180	0,18	0,36	28,94	120,45	719,10
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,26	7,04	5,03
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,27	4,97	13,41	117,87	6,82
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	17,75	9,38	2,89	187,13	13,65
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	155	2,71	6,71	14,93	136,77	11,50
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,13	0,28	13,62	65,54	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,97	0,76	13,51	68,89	0,00
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
Итого			743	29,35	22,27	83,22	680,08	37,90
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	1,65	3,48	14,07	95,64	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	205	3,58	1,80	21,85	117,91	0,00
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,96	2,53	6,91	54,41	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,39	0,00	6,62	28,03	0,08
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	52	0,42	0,10	3,92	19,85	19,85
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	120	0,48	0,48	11,73	56,25	11,97
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,52	8,01	36,07	234,14	0,00
Итого			467	13,46	19,21	70,75	514,04	21,07
Всего				55,50	54,35	234,05	1 682,55	779,15

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428858

Владелец Ковалева Светлана Александровна

Действителен с 28.10.2024 по 28.10.2025