

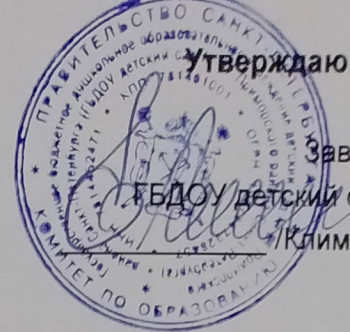
# МЕНЮ

18 марта 2025 г.

ГКП ( 3-4 ч)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>II Завтрак</b>								
	002	ГРУША СВЕЖАЯ	149	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>149</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Всего</b>				<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>

Медицинская сестра *Евгения* Ананьева Е.А.



# МЕНЮ

18 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
<b>Итого</b>			<b>410</b>	<b>23,94</b>	<b>31,00</b>	<b>28,50</b>	<b>358,50</b>	<b>3,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,94	41,30	1,50
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,50	4,50	4,00	165,00	4,40
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,10	2,75	10,90	120,20	0,50
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,40	5,60	15,60	121,80	6,60
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>25,41</b>	<b>13,85</b>	<b>64,94</b>	<b>667,30</b>	<b>13,00</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,43	2,03	10,86	78,11	6,65
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
<b>Итого</b>			<b>560</b>	<b>15,72</b>	<b>14,27</b>	<b>77,67</b>	<b>503,62</b>	<b>7,55</b>
<b>Всего</b>				<b>65,67</b>	<b>59,62</b>	<b>186,61</b>	<b>1 599,92</b>	<b>26,55</b>

Медицинская сестра

*Евгения*

Ананьева Е.А.



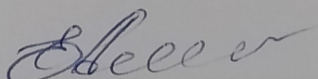
Утверждаю  
Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 67  
Климова Е.П./

# МЕНЮ

18 марта 2025 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,21	2,12	2,42	32,72	1,88
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,40	14,06	1,94	94,13	0,17
	029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
<b>Итого</b>			<b>350</b>	<b>18,65</b>	<b>23,48</b>	<b>26,96</b>	<b>295,85</b>	<b>2,65</b>
<b>II Завтрак</b>								
	002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	0,04	3,15	33,00	1,10
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00	4,00
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,22	2,36	9,33	103,00	0,40
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	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			<b>555</b>	<b>19,86</b>	<b>10,52</b>	<b>46,78</b>	<b>487,30</b>	<b>10,30</b>
<b>Полдник</b>								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,58	1,58	6,82	52,74	4,79
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	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	4,51	56,51	0,70
<b>Итого</b>			<b>475</b>	<b>15,26</b>	<b>14,22</b>	<b>51,46</b>	<b>403,25</b>	<b>5,59</b>
<b>Всего</b>				<b>54,37</b>	<b>48,72</b>	<b>140,70</b>	<b>1 256,90</b>	<b>21,54</b>

Медицинская сестра  Ананьева Е.А.