

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №33
Гильмутдинова С.В./

МЕНЮ

5 февраля 2024 г.

Ясли 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,08	3,90	6,65	58,90	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			378	8,24	10,10	41,47	284,20	1,50
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	129	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			129	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	32	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,80	5,90	8,40	105,80	3,30
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,51	4,70	2,45	89,68	0,29
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40	7,20
	ТК№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			559	13,03	15,14	46,09	397,73	11,59
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	135	5,40	8,13	14,69	173,64	1,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,35	4,34	29,54	145,44	0,00
Итого			353	11,75	12,59	57,63	378,08	1,80
Всего				33,02	37,83	145,19	1 060,01	14,89

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №33

/Гильмутдинова С.В./

МЕНЮ

6 февраля 2024 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,84	2,97	10,15	83,30	0,06
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	10,84	10,87	44,65	314,30	2,16
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	37	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,20	4,00	5,00	92,40	4,60
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	130	12,40	13,60	14,08	172,80	11,84
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			509	18,60	18,52	52,98	422,40	80,20
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	45	7,64	4,90	0,18	74,52	0,64
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	105	2,31	3,59	15,23	103,79	7,31
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,00	0,00	4,97	19,85	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	2,12	4,88	25,55	173,84	0,11
Итого			371	13,07	13,49	52,33	403,00	8,06
Всего				42,51	42,88	149,96	1 139,70	90,42

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №33

Гильмутдинова С.В./

МЕНЮ

7 февраля 2024 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		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,37	2,06	15,48	66,64	1,76
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,88	1,57	1,76	23,81	1,37
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	12,79	17,37	2,39	123,76	0,21
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	17,84	23,40	32,33	298,21	3,84
II Завтрак								
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	104	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			104	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,94	5,60	5,33	90,09	7,57
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,50	14,69	3,36	128,64	0,58
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,05	0,00	8,16	41,83	0,22
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			589	25,59	25,19	51,05	471,16	9,97
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	12,95	12,76	12,80	220,95	16,55
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,18	6,84	27,84	174,35	0,00
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			496	20,93	22,22	58,54	510,80	17,65
Всего				65,16	71,01	149,42	1 318,17	46,66

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №33
/Гильмутдинова С.В./



МЕНЮ

8 февраля 2024 г.

Ясли 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,37	4,26	7,28	64,48	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
Итого			365	12,21	14,79	41,34	330,55	1,01
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,62	6,28	4,94	79,10	1,24
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,55	6,03	8,04	107,39	5,27
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	65	7,90	4,16	15,70	118,56	0,21
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,04	1,63	7,96	54,57	4,28
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			590	17,84	18,80	61,97	478,55	11,80
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	18,41	9,46	16,74	229,84	0,21
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	154	4,49	3,06	7,45	75,68	0,82
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			379	27,20	16,62	60,09	495,92	5,03
Всего				57,25	50,21	163,40	1 305,02	17,84

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №33
/Гильмутдинова С.В./

МЕНЮ

9 февраля 2024 г.

Ясли 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,56	4,51	7,70	68,20	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	9,36	8,81	39,80	273,20	2,30
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	142	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			142	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,69	2,65	1,38	41,98	0,12
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,40	1,80	9,40	67,40	5,20
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	155	6,49	9,27	10,30	230,72	12,26
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,32	0,85	1,27	15,80	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			563	12,83	14,77	38,78	492,53	17,58
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	54	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,16	6,63	22,87	190,08	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	1,84	8,75	36,72	144,72	0,00
Итого			406	7,67	15,61	74,99	406,80	6,00
Всего				29,86	39,19	153,57	1 172,53	25,88

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №33
Гильмутдинова С.В./

МЕНЮ

12 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,27	1,91	14,38	61,88	1,64
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			360	7,49	9,01	40,78	287,88	2,54
II Завтрак								
2008	442	СОКИ ФРУКТОВЫЕ ПРЯМОГО ОТЖИМА	153	0,45	0,00	24,54	101,14	3,68
Итого			153	0,45	0,00	24,54	101,14	3,68
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,34	11,98	5,84	119,79	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,72	0,10	7,88	70,09	7,98
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	155	0,01	0,00	9,18	36,69	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			563	13,17	16,10	53,00	427,57	12,58
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,66	6,54	8,70	198,95	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40	7,20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			364	13,08	11,08	45,40	404,65	8,00
Всего				34,19	36,19	163,72	1 221,24	26,80

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №33
Гильмутдинова С.В./

МЕНЮ
13 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,11	3,32	9,42	84,75	0,07
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	11,51	10,72	41,72	303,85	2,17
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,50	3,30	11,90	96,10	6,40
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	45	10,53	4,61	4,23	101,52	7,71
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,38	6,83	13,27	123,75	3,76
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,06	0,00	8,68	44,56	0,23
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			599	20,97	15,54	59,98	474,93	19,70
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	75	13,63	7,01	12,38	169,92	0,15
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	142	4,18	2,85	6,94	70,49	0,76
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	88	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,64	5,96	24,24	151,80	0,00
Итого			355	22,25	16,02	51,06	430,21	16,11
Всего				54,73	42,28	152,76	1 208,99	37,98

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №33
Гильмутдинова С.В./

МЕНЮ
14 февраля 2024 г.

Ясли 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,13	1,97	2,26	30,46	1,75
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,20	13,78	1,90	92,27	0,17
	ТК№029	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,76	3,17	15,44	105,93	0,59
Итого			350	18,36	23,06	26,67	291,28	2,51
II Завтрак								
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	135	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			135	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,28	1,80	1,50	23,58	0,45
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	10,88	2,29	9,05	99,91	0,39
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	100	1,60	3,65	10,15	79,21	4,27
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			544	19,26	11,76	43,60	465,00	9,11
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	2,06	1,65	8,03	55,11	4,33
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№008	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,05	0,00	7,79	39,92	0,20
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			479	15,71	14,25	53,62	417,53	4,83
Всего				53,33	49,07	123,89	1 173,81	16,45

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №33
/Гильмутдинова С.В./

МЕНЮ

15 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,51	2,27	17,08	73,52	1,95
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	9,31	11,97	48,08	285,52	2,85
II Завтрак								
	TKN№006	БАНАН СВЕЖИЙ	84	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			84	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	TKN№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,12	6,21	8,08	107,55	5,05
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,11	0,40	0,00	140,39	0,40
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,01	1,21	14,95	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,81	4,32	18,48	126,44	8,86
	TKN№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	TKN№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			604	21,11	12,58	51,77	503,83	16,01
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	13,39	13,24	12,89	227,30	15,89
	TKN№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,00	0,00	5,18	20,70	0,00
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,22	5,15	16,82	126,66	4,76
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			481	20,41	21,01	45,79	462,16	20,95
Всего				52,33	46,06	166,64	1 347,51	43,81

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №33

Гильмутдинова С.В./

МЕНЮ

16 февраля 2024 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого			371	7,07	10,24	36,37	250,32	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,64	2,46	3,42	39,06	0,11
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,44	5,22	1,88	95,88	0,41
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,23	2,73	15,66	98,37	0,00
	ТК№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,00	0,00	5,06	20,23	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			580	21,41	16,71	54,22	441,94	4,52
Полдник								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	13,30	12,54	12,83	136,80	6,56
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	20,80	85,00	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,35	3,72	30,81	173,84	0,00
Итого			375	19,25	16,38	71,84	432,24	8,16
Всего				47,73	43,33	162,43	1 124,50	14,04