

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №51 Калининского района
Уманская Н.Г./

МЕНЮ

15 апреля 2024 г.

Сад 10 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	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,08	8,20	27,40	208,00	0,50
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			415	12,67	17,90	51,00	354,00	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	1,68	2,96	12,21	84,67	6,54
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	18,10	7,92	7,27	174,53	13,03
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,40	6,90	13,40	125,10	9,20
	ТК№046	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА	180	0,00	0,00	18,00	68,40	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			720	25,76	18,58	73,08	563,10	30,77
Полдник								
	ТК№019	ПРЯНИКИ	60	3,60	2,80	45,00	148,00	0,00
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК №005	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			471	7,90	6,13	66,53	290,63	15,58
Всего				46,33	42,61	190,61	1 207,73	47,35

Шеф-повар _____

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №51 Красносельского района
Уманская Н.Г./

МЕНЮ

16 апреля 2024 г.

Сад 10 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	10,90	14,20	52,90	363,00	2,80
II Завтрак								
	TK № 006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,53	0,53	21,00	96,00	4,00
Итого			100	1,53	0,53	21,00	96,00	4,00
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,16	6,20	8,58	109,36	5,38
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,70	0,50	0,00	175,30	0,60
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	70/70	21,52	21,73	5,00	180,44	0,41
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,02	1,22	15,10	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,00	21,30	147,00	10,30
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			753	26,07	13,52	61,40	592,66	18,38
Полдник								
2012	401	РЯЖЕНКА	200	5,80	5,00	8,40	101,00	0,20
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	5,80	6,18	27,45	188,78	6,92
Итого			265	11,60	11,18	35,85	289,78	7,12
Всего				50,10	39,43	171,15	1 341,44	32,30

Шеф-повар

Писарева И.В.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №51 Красносельского района
Иванская Н.Г./



МЕНЮ

19 апреля 2024 г.

Сад 10 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	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			415	11,66	17,80	51,50	351,00	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК № 014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	2,26	2,31	16,47	95,98	6,34
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,49	21,21	22,22	358,55	18,89
	ТК№041	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	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			671	24,95	24,51	76,69	629,83	102,23
Полдник								
2008	435	КЕФИР	200	6,00	3,30	8,00	62,00	0,60
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	6,66	2,36	39,28	204,82	0,14
Итого			270	12,66	5,66	47,28	266,82	0,74
Всего				49,27	47,97	175,47	1 247,65	103,97

Шеф-повар

Писарева И.В.