

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №100-2

\_\_\_\_\_ /Белюкова О.В./

## МЕНЮ

25 декабря 2023 г.

Сад 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	1,6	8,9	10,4	127	0
	043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	3,1	11	88	0,6
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	190	6,3	8	22,6	189	0,8
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>11,6</b>	<b>20</b>	<b>44</b>	<b>404</b>	<b>1,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
	3830	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,4	0,4	10,8	52	11
<b>Итого</b>			<b>110</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>10,8</b>	<b>52</b>	<b>11</b>
<b>Обед</b>								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,1	4,4	7,6	86	3,2
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13	12,1	3,4	174	0,2
2008	125	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	3,2	19,6	119	9,2
	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180			14,1	56	0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3		0,7	5	2
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>23,5</b>	<b>20,5</b>	<b>66,3</b>	<b>543</b>	<b>14,6</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	13,1	16,2	21,6	284	0,8
	016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008		ВАФЛИ	25	0,7	0,8	19,4	89	0
2008		БИОКЕФИР	180	5,2	4,5	7,2	95	0
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>20,7</b>	<b>21,7</b>	<b>58,8</b>	<b>519</b>	<b>0,8</b>
<b>Всего</b>				<b>56,2</b>	<b>62,6</b>	<b>179,9</b>	<b>1518</b>	<b>27,8</b>