

Утверждаю

ГБОУ ЦРР-ДЕТСКИЙ САД № 48 КРАСНОСЕЛЬСКОГО РАЙОНА  
 Руководитель учреждения  
 СПБ  
 Фарзалиева С.В./



**МЕНЮ**  
 30 мая 2024 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	<b>БУТЕРБРОД С МАСЛОМ</b> (масло сладко-сливочное несоленое, батон нарезной пшен.мука высш. сорт обог. микронутриентами)	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2008	189	<b>КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ</b> (крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№043	<b>КАКАО С МОЛОКОМ</b> (какао-порошок, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	185	3,91	3,30	16,07	110,23	0,62
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>13,18</b>	<b>15,44</b>	<b>50,14</b>	<b>375,85</b>	<b>1,12</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ</b> (сок прямого отжима яблоко)	178	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>178</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	<b>САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ</b> (картофель поздний, лук зеленый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	50	0,80	7,60	6,00	95,99	3,90
2012	57	<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ</b> (свекла, капуста белокочанная, картофель поздний, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, говядина б/к, сметана 15% жирности, соль йодированная)	200/10/5	5,60	8,30	10,30	141,00	5,10
2012	269	<b>ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ</b> (рыба треска филе, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, молоко пастер. 2,5% жирности, яйца куриные (шт.), масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая)	80	10,61	5,57	21,12	173,37	0,42
2008	129	<b>ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b> (морковь, репа, горошек зеленый консервы, капуста белокочанная, сахар песок, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)	155	2,55	2,04	10,00	68,34	6,02
2012	392	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b> (чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	<b>ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	<b>БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ</b> (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>736</b>	<b>23,14</b>	<b>24,46</b>	<b>79,32</b>	<b>629,70</b>	<b>15,44</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА</b> (творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)	130	23,24	11,95	21,14	286,13	0,20
2008	434	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b> (молоко пастер. 2,5% жирности)	208	6,18	4,12	10,09	101,86	1,13
		<b>МАНДАРИН СВЕЖИЙ</b> (мандарин)	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№018	<b>ПЕЧЕНЬЕ</b> (печенье витаминизированное)	30	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>468</b>	<b>32,50</b>	<b>19,27</b>	<b>64,73</b>	<b>536,99</b>	<b>16,53</b>
<b>Всего</b>			<b>69,78</b>	<b>59,41</b>	<b>211,99</b>	<b>1 620,54</b>	<b>34,53</b>	

Повар

*Рез*

Дякина Г.Н.