

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

28 августа 2025 г.

Ясли 12 часов



Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
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	11,04	13,80	38,00	274,00	0,90
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	93	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			93	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	TKN№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,34	6,04	8,80	109,62	5,44
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	9,57	0,35	0,00	120,93	0,35
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,02	1,22	15,10	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,63	4,12	17,37	117,52	8,37
	TKN№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	TKN№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			593	19,62	12,17	51,39	477,67	15,86
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	13,30	13,40	12,98	228,67	14,74
	TKN№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,99	5,50	18,78	140,63	4,78
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	88	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			463	21,19	21,62	60,76	530,30	20,42
Всего				52,45	48,19	164,95	1 348,27	43,18