

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

30 сентября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,04	3,82	10,28	92,32	0,08
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	11,04	11,72	44,78	323,32	2,18
II Завтрак								
2008	442	СОК	143	0,71	0,14	14,43	65,71	2,86
Итого			143	0,71	0,14	14,43	65,71	2,86
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	43	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	6,75	8,49	12,08	151,94	5,52
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	14,89	16,33	16,90	207,45	14,21
	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	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			536	24,64	25,74	62,88	516,59	83,49
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	8,05	5,17	0,19	78,59	0,68
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	2,42	5,43	15,89	122,36	7,64
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	5,04	3,68	28,28	166,31	0,13
Итого			386	16,61	14,50	68,86	473,26	9,65
Всего				53,00	52,10	190,95	1 378,88	98,18