

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ
9 декабря 2025 г.

Ясли 12 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	3,91	3,65	10,28	90,24	0,07
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	155	1,73	4,25	22,83	136,38	0,00
TKNо026		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			365	10,91	11,55	44,78	321,24	2,17
II Завтрак								
2008	442	СОК	55	0,27	0,05	5,51	25,09	1,09
	TKNо002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	135	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			55	0,27	0,05	5,51	25,09	1,09
Обед								
	TKNо001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	35	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,49	4,26	7,85	83,86	2,31
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	140	13,80	15,13	15,66	192,24	13,17
	TKNо027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	TKNо003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKNо004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			516	20,29	20,31	57,41	433,30	79,24
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	45	7,14	4,58	0,17	69,66	0,60
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	60	1,33	3,98	7,05	69,47	3,18
	TKNо051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,11	0,11	7,41	31,66	1,08
	TKNо003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,93	1,82	28,19	148,69	0,12
Итого			320	14,51	10,61	49,22	350,48	4,98
Всего			45,98	42,52	156,92	1 130,11	87,48	