

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

Румянцева А.Г./

МЕНЮ

24 декабря 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	25	1,25	1,87	14,06	60,52	1,60
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,89	1,47	1,86	24,19	3,67
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	125	12,64	16,88	2,60	212,99	0,22
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗМОЛОЧНЫЙ(аллергики)	180	0,50	0,00	7,45	31,77	0,00
Итого			360	17,58	22,62	31,22	381,70	5,99
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	112	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			112	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	34	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,37	5,59	5,01	86,56	6,77
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	40/50	16,31	16,12	2,83	221,50	0,46
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			574	26,86	26,65	48,87	546,66	8,93
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140	10,89	11,65	7,92	183,27	13,95
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	95	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
к/к	к/к	ВОДА питьевая (аллергики)	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,44	7,27	28,16	191,54	0,00
Итого			450	18,23	21,55	61,08	516,31	16,15
Всего				63,27	71,32	156,67	1 515,17	34,07