

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

# МЕНЮ

24 октября 2025 г.

## Ясли 12 часов



| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                             | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                             | 30       | 1,33              | 1,99    | 15,00            | 64,56                                    | 1,71                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ      | 155      | 3,80              | 6,10    | 20,90            | 154,10                                   | 0,40                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ<br>БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики) | 155      | 1,73              | 4,25    | 22,83            | 136,38                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№03<br>5          | ЧАЙ С САХАРОМ                                  | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 33,60                                    | 0,96                  |
| Итого                         |                     |                                                | 371      | 5,13              | 8,09    | 44,30            | 252,26                                   | 3,07                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК                                            | 156      | 0,78              | 0,16    | 15,71            | 71,56                                    | 3,11                  |
| 2012                          | 368                 | ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)                       | 77       | 0,40              | 0,30    | 10,30            | 47,00                                    | 5,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 156      | 0,78              | 0,16    | 15,71            | 71,56                                    | 3,11                  |
| Обед                          |                     |                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                | 30       | 0,40              | 2,54    | 2,36             | 33,82                                    | 1,10                  |
| 2012                          | 73                  | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ           | 150/10/5 | 3,33              | 6,53    | 8,03             | 108,69                                   | 4,05                  |
| 2012                          | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                                  | 60       | 10,45             | 5,22    | 1,88             | 95,89                                    | 0,41                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ        | 120      | 3,23              | 2,73    | 15,66            | 98,37                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№03<br>6          | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                          | 150      | 0,09              | 0,07    | 7,65             | 31,94                                    | 0,48                  |
|                               | ТК№01<br>6          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            | 26       | 1,70              | 0,20    | 10,70            | 51,70                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№00<br>4          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                              | 17       | 1,10              | 0,50    | 7,70             | 39,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 568      | 20,30             | 17,79   | 53,98            | 459,71                                   | 6,04                  |
| Полдник                       |                     |                                                |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№01<br>1          | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                  | 37       | 0,30              | 0,00    | 1,00             | 5,60                                     | 1,60                  |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                            | 105      | 10,25             | 9,87    | 13,45            | 183,66                                   | 6,78                  |
|                               | ТК№03<br>1          | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                               | 150      | 0,30              | 0,00    | 20,80            | 85,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№00<br>3          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ            | 15       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                             | 50       | 4,12              | 2,85    | 29,44            | 159,65                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                | 357      | 15,97             | 12,84   | 71,09            | 464,91                                   | 8,38                  |
| Всего                         |                     |                                                |          | 42,18             | 38,88   | 185,08           | 1 248,44                                 | 20,60                 |