

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

Грумянцева А.Г./

МЕНЮ

1 октября 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	30	1,39	2,08	15,64	67,31	1,78
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,87	1,72	1,81	26,23	3,73
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,50	16,93	2,65	213,23	0,23
	TK№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			370	17,56	23,13	32,80	390,77	6,24
II Завтрак								
	TK№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	124	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			124	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	TK№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	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	3,61	6,11	5,36	93,23	7,14
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	45/50	17,14	17,96	3,37	243,45	0,52
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
	TK№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			580	27,93	29,01	49,76	575,28	9,36
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	145	11,44	12,29	11,63	205,60	14,35
	TK№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	TK№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	89	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,77	7,82	30,55	207,40	0,00
Итого			449	19,11	22,74	67,18	554,50	16,55
Всего				65,20	75,38	165,24	1 591,05	35,15