

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №79
/Румянцева А.Г./**МЕНЮ**
9 октября 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	155	2,99	1,50	19,83	104,71	0,00
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК БЕЗМОЛОЧНЫЙ(аллергики)	180	0,50	0,00	7,45	31,77	0,00
Итого			365	11,04	13,80	38,00	274,00	0,90
II Завтрак								
	TKN№006	БАНАН СВЕЖИЙ	87	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			87	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	TKN№009	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	44	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/3	4,03	6,05	7,49	102,23	4,56
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	55	10,12	0,37	0,00	127,88	0,37
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	0,93	1,12	13,75	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,56	4,22	17,16	117,13	8,30
	TKN№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	TKN№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			597	19,76	12,21	49,77	475,49	14,93
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	13,48	12,85	12,12	220,19	15,51
	TKN№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,81	5,32	18,21	135,88	5,44
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	66	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
Итого			441	21,19	20,89	59,33	517,07	21,85
Всего				53,49	47,40	168,10	1 362,56	41,68