

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

14 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,95	3,69	10,28	90,83	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 (аллергии)	155	1,73	4,25	22,83	136,38	0,00
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			365	10,95	11,59	44,78	321,83	2,17
II Завтрак								
2008	442	СОК	156	0,78	0,16	15,71	71,56	3,11
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	135	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			156	0,78	0,16	15,71	71,56	3,11
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	37	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,86	6,50	12,25	127,10	4,51
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	155	15,03	16,48	17,06	209,43	14,35
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			533	22,89	23,90	63,21	493,73	82,62
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	45	7,64	4,90	0,18	74,52	0,64
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,35	4,01	15,80	109,03	7,65
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,11	0,11	7,49	32,07	1,12
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,01	1,94	28,80	152,60	0,11
Итого			370	16,11	11,08	58,67	399,22	9,52
Всего				50,73	46,73	182,37	1 286,34	97,42