

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

20 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	1,41	2,12	15,96	68,68	1,82
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ БЕЗМОЛОЧНАЯ (аллергики)	155	3,94	4,93	28,78	175,13	0,00
	ТК№028	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			365	7,63	9,22	42,36	294,68	2,72
II Завтрак								
2008	442	СОК	160	0,80	0,16	16,16	73,60	3,20
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ (аллергики)	147	1,44	0,36	13,50	68,40	57,00
Итого			160	0,80	0,16	16,16	73,60	3,20
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,74	4,04	19,68	134,23	2,84
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,53	12,34	6,02	123,42	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	2,77	5,10	11,85	104,99	8,34
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	19,09	88,68	0,91
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			565	16,54	22,20	71,74	527,22	13,89
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,02	6,81	9,06	207,15	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,37	5,08	15,49	117,56	7,19
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			365	13,49	12,51	45,65	423,01	7,99
Всего				38,46	44,09	175,91	1 318,51	27,80