

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

22 июля 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	4,04	3,82	10,28	92,32	0,08
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	11,04	11,72	44,78	323,32	2,18
II Завтрак								
2008	442	СОК	157	0,79	0,16	15,87	72,29	3,14
Итого			157	0,79	0,16	15,87	72,29	3,14
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	43	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергики)	42	0,32	0,00	1,04	5,60	1,60
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,67	4,97	11,55	109,73	5,13
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	145	14,11	15,47	16,02	196,56	13,47
	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			529	21,78	21,36	61,47	463,49	82,36
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	45	7,54	4,84	0,18	73,63	0,64
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,39	4,28	15,77	111,58	7,60
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,92	1,71	28,20	147,83	0,12
Итого			370	15,95	11,05	68,65	439,04	9,56
Всего				49,56	44,29	190,77	1 298,14	97,24