

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №79

/Румянцева А.Г./

МЕНЮ

4 апреля 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 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 30 | 3,87 | 3,59 | 10,28 | 89,52 | 0,07 |
| 2008 | 190 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" | 150 | 2,60 | 2,50 | 18,50 | 128,00 | 0,60 |
| | ТК№02 6 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 180 | 3,20 | 1,80 | 13,60 | 77,00 | 1,70 |
| Итого | | | 360 | 9,67 | 7,89 | 42,38 | 294,52 | 2,37 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| | ТК№00 2 | ГРУША СВЕЖАЯ | 137 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| Итого | | | 137 | 0,60 | 0,50 | 15,50 | 70,50 | 3,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2012 | 33 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ | 40 | 0,58 | 2,34 | 3,40 | 36,91 | 1,59 |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 150/15 | 4,08 | 4,28 | 10,40 | 96,57 | 5,18 |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 145 | 11,37 | 11,47 | 25,32 | 250,22 | 11,85 |
| 2012 | 354 | СОУС СМЕТАННЫЙ | 20 | 0,30 | 0,79 | 1,19 | 14,75 | 0,00 |
| | ТК№03 1 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ | 150 | 0,30 | 0,00 | 5,80 | 85,00 | 0,00 |
| | ТК№01 6 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,63 | 0,20 | 10,63 | 51,63 | 0,00 |
| Итого | | | 545 | 18,26 | 19,08 | 56,74 | 535,08 | 18,62 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | ТК№00 1 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ | 51 | 0,60 | 0,10 | 1,90 | 12,00 | 5,00 |
| | ТК№017 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (аллергики) | 50 | 0,38 | 0,00 | 0,88 | 6,50 | 1,00 |
| 2012 | 208 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ | 120 | 5,85 | 8,25 | 22,88 | 189,30 | 0,10 |
| | ТК№024 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 160 | 0,04 | 0,00 | 5,13 | 21,46 | 0,71 |
| | ТК№003 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 15 | 1,00 | 0,12 | 6,40 | 31,00 | 0,00 |
| 2014 | 249 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ | 45 | 5,44 | 2,89 | 21,21 | 132,80 | 0,02 |
| Итого | | | 391 | 12,93 | 11,36 | 57,52 | 386,56 | 5,83 |
| Всего | | | | 41,46 | 38,83 | 172,14 | 1 286,66 | 29,82 |