

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 22

/Л.Н.чаплинская/

МЕНЮ

10 ноября 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	2,04	5,74	3,36	73,61	0,37
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ (аллергики)	155	0,00	4,85	0,00	43,60	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,07	0,01	0,41	3,35	1,25
Итого			378	5,35	9,85	10,77	138,96	1,62
II Завтрак								
	ТК№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	39	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,91	4,96	2,75	71,12	0,92
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	1,73	5,76	2,40	68,35	0,07
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	0,39	3,32	0,64	34,08	0,07
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	120	0,00	4,85	0,00	43,60	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,07	0,05	1,79	8,21	0,36
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,04	0,12	6,66	32,24	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,14	0,52	8,01	40,87	0,00
Итого			566	8,28	14,73	22,25	254,87	1,42
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	155	12,68	17,09	0,55	206,65	0,91
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,01	0,00	0,37	1,55	0,00
	ТК№00, 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,04	0,12	6,66	32,24	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	6,99	4,48	23,94	164,41	0,08
Итого			381	20,72	21,69	31,52	404,85	0,99
Всего				34,95	46,87	79,34	864,98	10,03