

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 36/73

Чепурина Т.А./



МЕНЮ

1 сентября 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	29	1,36	2,04	15,32	65,93	1,75
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			364	7,58	9,14	41,72	291,93	2,65
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	147	0,74	0,15	14,86	63,27	2,94
Итого			147	0,74	0,15	14,86	63,27	2,94
Обед								
	TKN№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,06	3,63	14,66	107,78	0,39
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	59	6,34	11,98	5,84	119,79	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	119	1,74	4,41	6,67	73,72	1,07
	TKN№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	151	0,10	0,09	11,91	49,40	0,91
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			554	14,64	20,73	54,18	426,59	4,17
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	0,75	3,81	2,39	47,25	0,58
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	TKN№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			365	11,87	11,24	32,55	352,70	1,38
Всего				34,83	41,26	143,31	1 134,49	11,14

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 36/73
Чепурина Т.А./

МЕНЮ

1 сентября 2025 г.

Сад 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	29	1,34	2,02	15,17	65,28	1,73
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			414	11,34	12,72	62,87	375,68	2,73
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	177	0,88	0,18	17,85	76,01	3,54
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	99	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Итого			177	0,88	0,18	17,85	76,01	3,54
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	4,30	3,91	15,27	113,78	0,42
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	79	8,42	15,94	7,82	159,69	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	129	0,72	0,05	2,67	14,37	1,06
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) (аллергии)	136	0,92	4,13	5,51	62,89	0,82
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	14,01	58,09	1,08
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			691	17,54	20,96	64,57	469,93	4,76
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,50	12,60	10,20	104,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	0,84	1,10	2,63	24,22	0,63
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергии)	150	0,44	4,04	2,18	47,14	0,64
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,30	3,29	30,17	167,42	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД, УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			565	27,68	21,72	61,61	557,04	3,93
Всего				57,44	55,58	206,90	1 478,66	14,96