



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

МЕНЮ

1 декабря 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	31	3,30	4,18	7,14	63,24	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	205	4,49	4,51	31,23	183,28	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			422	10,50	12,48	50,54	359,64	0,50
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Итого			100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	65	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,88	4,54	7,46	85,94	2,64
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,88	12,18	3,51	174,87	0,38
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	151	3,00	4,80	19,50	134,30	9,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергии)	153	3,06	4,90	19,89	136,99	9,18
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			741	23,46	22,44	75,85	601,85	13,92
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	198	21,05	25,78	33,26	449,04	1,39
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	51	4,68	2,74	17,91	114,95	0,05
Итого			454	32,97	30,75	65,28	768,89	4,44
Всего				67,33	66,07	201,54	1 774,58	22,86



МЕНЮ

1 декабря 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	31	3,30	4,18	7,14	63,24	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	4,49	4,51	31,23	183,28	0,00
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			341	8,34	10,38	40,44	280,54	1,20
II Завтрак								
	ТК№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Итого			100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Обед								
	ТК№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,11	4,72	7,91	90,70	2,76
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,29	6,07	2,70	106,49	0,29
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	121	2,32	3,92	15,60	107,40	7,20
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	121	1,96	4,36	14,93	107,17	7,20
	ТК№02 5	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			583	19,22	15,43	60,71	460,79	11,85
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	158	6,44	9,70	17,52	207,11	1,19
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	51	6,72	3,94	26,66	169,38	0,07
Итого			379	14,16	13,76	57,58	435,49	2,06
Всего				42,12	39,97	168,60	1 221,02	19,11