

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №34
_____/Алексеева Л.В./

МЕНЮ

10 октября 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	27	1,49	3,22	21,60	119,54	6,67
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,45	5,20	17,52	135,42	0,58
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,44	1,98	11,08	72,48	0,45
Итого			347	8,38	10,40	50,20	327,44	7,70
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	43	0,59	3,06	3,45	43,61	1,62
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,96	6,54	9,93	124,50	4,03
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	63	11,72	9,71	6,19	159,28	0,53
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	122	2,00	1,76	8,76	64,67	6,16
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	156	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
Итого			596	23,45	22,02	49,71	498,36	12,34
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	31	0,25	0,03	0,78	4,39	3,13
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	116	2,32	12,64	10,19	206,79	5,30
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	5,92	23,65	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	28	2,07	2,71	20,57	115,29	0,00
2008		ГРУША	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			417	6,24	15,78	53,16	423,82	11,93
Всего				41,57	51,33	158,71	1 320,26	32,85

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №34
/Алексеева Л.В./

МЕНЮ

10 октября 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	43	1,84	3,21	25,13	134,78	3,04
2008		БАТОН (аллергии)	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,50	7,98	24,91	194,45	0,70
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,42	5,00	15,79	117,69	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,06	2,45	11,66	81,66	0,57
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
Итого			423	10,40	13,64	61,70	410,89	4,31
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергии)	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	63	0,87	4,17	5,13	61,53	2,40
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	7,28	7,69	13,38	156,12	5,33
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	200/10/10	7,26	6,91	13,72	146,46	5,33
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	73	13,69	11,35	6,92	184,91	0,62
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ (аллергии)	73	12,86	10,55	7,48	176,40	0,52
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	154	2,48	1,72	10,93	74,98	8,03
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ (аллергии)	163	2,18	0,19	14,26	68,29	7,40
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	185	0,56	0,00	30,56	125,93	11,11
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,14	0,28	13,71	65,99	0,00
2008		БАТОН	34	2,55	0,99	17,48	89,08	0,00
Итого			761	29,55	26,20	98,11	758,54	27,49
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,41	0,05	1,29	7,24	5,17
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	148	2,95	16,07	12,89	262,66	6,68
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	4,90	19,59	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	27	1,78	0,24	11,39	54,81	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	44	3,31	4,32	32,83	184,00	0,00
2008		ГРУША	75	0,30	0,23	7,73	35,26	3,75
Итого			526	8,75	20,91	71,03	563,56	15,60
Всего				52,20	63,88	236,48	1 803,63	48,28