

Утверждаю

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

МЕНЮ 13 мая 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								
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,89	1,60	1,87	25,31	3,39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	121	12,43	16,79	2,26	210,09	0,18
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,61	2,11	9,23	67,03	0,49
2008		БАТОН	22	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			323	17,43	21,10	23,66	354,83	4,06
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	152	4,41	3,80	6,08	80,53	1,06
Итого			152	4,41	3,80	6,08	80,53	1,06
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	42	0,46	0,08	1,59	10,05	10,47
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,45	3,93	8,27	86,19	6,58
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	52/50	1,98	16,05	3,63	224,25	0,68
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,24	5,68	23,66	166,49	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	13,82	56,90	0,60
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
Итого			587	12,55	26,03	59,47	584,68	18,33
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	123	2,67	11,88	8,02	184,47	14,55
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	52	5,50	3,14	18,69	125,49	0,06
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	149	0,14	0,00	8,47	34,41	0,03
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2008		АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	84	0,76	0,17	6,83	36,24	50,56
Итого			424	10,05	15,34	48,39	411,21	65,20
Всего				44,44	66,27	137,60	1 431,25	88,65

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №34
/Алексеева Л.В./**МЕНЮ**
13 мая 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	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,15	2,06	2,43	32,69	1,80
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	141	12,81	17,85	2,55	222,26	0,21
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,02	9,98	31,00	221,83	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,18	2,54	11,75	83,36	0,59
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		БАТОН	27	2,05	0,79	14,04	71,57	0,00
Итого			408	19,19	23,24	30,77	409,88	2,60
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	152	4,40	3,79	6,06	80,34	1,06
2008		ГРУША (аллергии)	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			152	4,40	3,79	6,06	80,34	1,06
Обед								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	53	0,58	0,11	2,00	12,61	13,13
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,33	5,30	9,02	105,17	7,83
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/1	4,23	2,49	8,83	74,87	9,71
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	72/70	2,71	22,67	4,97	313,51	0,93
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергии)	73/70	2,83	23,59	5,90	326,18	0,95
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,46	6,52	38,25	245,19	0,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	8,47	8,68	38,38	265,18	0,00
2008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,11	15,22	62,85	0,72
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	32	2,13	0,28	13,61	65,48	0,00
Итого			768	18,35	34,99	83,07	804,81	22,61
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	153	3,40	15,03	10,99	236,12	18,14
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	72	7,12	4,12	26,17	170,74	0,08
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	20,21	88,26	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,43	0,19	9,16	44,06	0,00
2008		АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	84	0,76	0,17	6,84	36,33	50,69
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	79	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			511	12,71	19,51	73,37	575,51	68,91
Всего				54,65	81,53	193,27	1 870,54	95,18