

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	37	3,98	5,04	8,60	76,17	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,41	4,27	22,48	145,71	0,40
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,79	2,17	11,95	79,16	0,47
Итого			357	11,18	11,48	43,03	301,04	0,87
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	70	0,30	0,30	6,90	32,90	7,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	34	0,27	0,03	0,84	4,73	3,38
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	158/15	7,15	7,42	12,57	145,71	6,56
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	61	10,49	6,87	2,68	114,13	0,30
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	137	2,49	6,02	13,36	118,38	9,72
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,51	0,16	30,23	126,76	0,28
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,66	0,25	10,54	50,80	0,00
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			606	24,07	21,35	80,52	612,91	20,24
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	139/13	24,70	12,62	30,64	349,44	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,58	8,80	98,98	0,98
2008		ЯБЛОКО	80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			412	30,32	17,50	47,24	486,02	8,98
Всего				69,07	53,46	176,43	1 470,61	30,97

Утверждаю

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

МЕНЮ

28 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,21	5,88	15,01	121,80	0,00
2008		БАТОН (аллергии)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,29	5,48	26,90	177,69	0,47
к/к	к/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,11	5,40	14,42	114,66	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,36	2,56	12,76	88,14	0,55
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
Итого			420	10,86	13,90	54,67	387,63	1,02
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	56	0,45	0,06	1,41	7,89	5,64
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	211/20	8,84	7,88	14,20	163,33	7,59
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	72	11,29	8,53	2,68	132,34	0,32
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	156	2,61	7,22	13,34	129,72	10,57
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ) (аллергии)	163	2,87	10,06	14,67	161,46	11,22
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,61	0,18	26,91	114,50	0,33
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
2008		БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			760	28,05	25,04	86,66	687,58	24,45
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	174/13	30,59	15,64	37,95	432,81	0,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	181	3,55	5,56	28,94	180,28	14,64
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,90	5,08	9,77	109,87	1,09
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ПРЯНИК	34	2,03	1,62	25,86	126,21	0,00
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
Итого			501	38,84	22,66	81,42	706,49	9,09
Всего				81,25	64,73	228,39	1 852,34	35,44