

Утверждаю

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

МЕНЮ

6 мая 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,85	1,50	1,81	24,01	1,35
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,36	16,16	2,23	204,02	0,18
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	175	2,65	2,16	10,88	74,24	0,49
2008		БАТОН	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
Итого			350	17,74	20,57	27,80	367,77	2,02
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергии)	72	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,35	0,04	1,08	6,06	4,33
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/5	5,95	6,55	4,86	105,69	5,18
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	59	9,75	11,26	1,89	148,25	0,41
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,71	3,10	11,89	86,91	7,83
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	16,76	68,77	0,90
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	21	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
Итого			588	22,04	21,99	57,86	521,98	18,65
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	114	10,62	9,92	7,81	163,61	13,29
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	51	5,31	3,02	18,37	122,45	0,06
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,25	0,06	13,05	54,22	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2008		ЯБЛОКО	70	0,30	0,30	6,90	32,90	7,00
Итого			400	17,46	13,45	52,51	403,78	20,35
Всего				60,74	59,14	143,81	1 364,17	41,90

Утверждаю

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

6 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	1,14	2,06	2,41	32,59	1,75
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,72	17,43	2,37	217,38	0,19
и/к	и/к	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,42	3,86	17,40	113,93	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,07	2,48	11,63	81,94	0,57
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		БАТОН	31	2,29	0,88	15,88	79,94	0,00
Итого			401	19,22	22,85	32,09	411,85	2,51
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								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	54	0,43	0,05	1,34	7,53	5,38
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	4,68	5,59	7,23	103,06	6,95
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	200/15/10	4,70	6,13	7,49	105,10	7,49
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	85	11,58	12,21	2,88	167,79	0,49
2012	273	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	90	27,07	23,25	0,38	319,51	1,35
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,41	5,98	14,86	127,92	9,83
2008	338	ОВОЩИ В СОУСЕ (аллергии)	151	2,75	6,77	14,17	129,28	9,58
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	181	0,12	0,11	30,87	125,48	1,08
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,06	0,27	13,22	63,59	0,00
2008		БАТОН	34	2,57	1,00	17,64	89,94	0,00
Итого			760	24,85	25,21	88,04	685,33	23,73
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	155	14,35	15,41	9,88	235,57	18,14
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	7,05	5,05	25,40	175,77	0,08
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,30	0,07	18,34	75,72	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	16	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
Итого			501	23,00	21,00	67,64	555,26	26,22
Всего				70,57	72,19	193,41	1 723,08	53,34