

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

11 ноября 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,36	6,83	9,90	68,31	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	155	8,66	6,34	39,45	249,69	0,00
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			365	10,76	14,23	42,20	287,41	2,10
II Завтрак								
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	96	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			96	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,17	4,68	11,77	108,57	6,27
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/10/5	4,31	3,24	11,88	96,41	8,49
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,58	6,85	14,14	134,81	10,16
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (аллергии)	150	2,21	6,58	12,05	121,52	10,64
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	45	9,86	4,31	3,96	95,04	7,22
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
Итого			584	19,98	16,54	55,06	520,09	25,25
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	14,44	7,43	13,14	180,34	0,16
	21-20	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗ МОЛОКА (аллергии)	80	1,45	3,52	11,80	84,84	5,98
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,62	6,98	29,54	195,22	0,00
Итого			280	22,28	18,05	49,66	454,13	0,94
Всего				53,82	49,02	154,42	1 299,63	43,49