

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

12 декабря 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	30	1,51	4,54	10,22	87,86	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	155	3,32	0,79	23,51	114,32	0,00
	ТК№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого			371	5,31	10,64	39,52	275,56	1,36
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	110	1,65	0,55	23,10	105,58	11,00
Итого			110	1,65	0,55	23,10	105,58	11,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
2012	73	РАССОЛЬНИК НА ГОВЯДИНЕ СО СМЕТАНОЙ (аллергики)	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40	4,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,17	2,67	15,35	96,43	0,00
2008	129	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	75	1,09	0,15	11,24	51,11	6,16
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	55	8,56	10,62	2,23	138,92	0,33
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,35	0,08	14,91	62,33	0,00
Итого			572	19,48	19,67	61,69	491,68	5,93
Полдник								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,46	1,75	0,91	27,74	0,08
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	12,88	12,14	12,42	132,48	6,35
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,35	3,26	30,31	167,85	0,00
Итого			360	18,69	17,27	57,04	387,07	7,23
Всего				45,13	48,13	181,35	1 259,89	25,52