

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

27 августа 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,37	2,95	14,91	90,91	3,26
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,86	1,54	1,80	24,37	2,77
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,18	16,53	2,28	117,81	0,20
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			360	17,21	23,42	31,69	317,09	6,73
II Завтрак								
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,09	6,35	6,10	101,52	8,50
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	45/50	14,19	14,38	3,29	125,96	0,56
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
Итого			593	25,46	25,67	50,42	466,08	10,76
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	12,04	11,71	10,81	197,90	17,74
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	45	3,38	6,83	26,65	181,33	0,00
Итого			382	16,52	18,67	57,96	464,23	19,64
Всего				61,99	70,26	144,57	1 303,90	37,43