Утверждаю

И. о. заведующий
ГБДОУ №14
/Савченкова Ю. В./

МЕНЮ

6 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,53	4,71	10,32	89,80	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	155	8,66	6,34	39,45	249,69	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			**378**	**6,69**	**10,91**	**45,14**	**315,10**	**1,50**
II Завтрак								
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			**150**	**0,60**	**0,60**	**14,80**	**66,30**	**6,00**
Обед								
	ТК№009	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,80	5,90	8,40	105,80	3,30
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40	7,20
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	120	1,90	3,57	14,66	98,84	7,08
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,60	4,80	2,50	91,50	0,30
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	8,72	0,32	0,32	38,99	0,35
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
Итого			**570**	**13,22**	**15,34**	**61,00**	**460,90**	**12,40**
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,55	18,07	26,65	339,99	1,13
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,62	3,88	25,95	165,61	0,07
Итого			**380**	**25,17**	**22,07**	**66,00**	**564,60**	**2,00**
Всего				**45,68**	**48,92**	**186,94**	**1 406,90**	**21,90**