

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №14

Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

11 июня 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	1,52	4,64	10,32	89,19	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,17	2,05	2,46	32,84	3,79
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,65	12,14	1,72	150,77	0,14
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	100	2,90	3,03	14,57	97,24	0,19
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,12	2,56	12,82	87,83	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			350	14,46	21,39	27,32	360,63	4,40
II Завтрак								
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	97	0,39	0,39	9,49	45,49	9,68
Итого			100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Обед								
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/0/5	1,42	3,79	9,88	81,86	3,93
	14-20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии)	150	1,08	3,43	8,53	69,53	4,27
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,36	3,66	15,54	105,93	7,46
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗ МОЛОКА (аллергии)	110	1,82	3,60	14,86	99,27	7,52
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	9,20	11,25	1,91	145,82	0,36
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,37	0,08	15,75	65,88	0,00
Итого			520	16,55	19,58	63,98	502,89	11,75
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	115	1,69	1,58	8,32	59,10	5,90
2008	129	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергии)	110	1,66	0,19	12,14	57,79	8,85
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,67	0,20	10,69	51,77	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№00 8	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	21	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			361	11,14	9,92	41,04	296,27	6,00
Всего				44,95	53,39	136,84	1 216,29	22,45