

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

20 октября 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	1,55	4,81	10,43	91,21	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
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			378	6,71	11,01	45,25	316,51	1,50
II Завтрак								
	TKN№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	145	0,58	0,58	14,36	64,31	5,82
Итого			145	0,58	0,58	14,36	64,31	5,82
Обед								
	TKN№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	33	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	115	2,25	3,80	15,13	104,18	6,98
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	115	1,87	3,57	14,48	97,94	7,03
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,51	4,70	2,45	89,67	0,29
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	55	8,24	0,31	0,32	36,91	0,34
	TKN№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	TKN№02 5	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
Итого			559	13,06	15,12	60,48	455,85	12,17
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	155	17,49	17,93	26,48	337,65	1,03
	TKN№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	TKN№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,62	6,81	29,26	192,68	0,00
Итого			376	22,11	24,86	69,14	589,33	1,83
Всего				42,46	51,57	189,23	1 426,00	21,32