

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

4 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,91	3,65	10,18	89,84	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	5,08	6,63	24,48	178,56	0,59
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	4,36	4,55	21,88	145,97	0,29
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			360	12,19	12,08	48,26	345,40	2,29
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	151	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			151	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,49	4,47	10,65	100,95	5,29
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,41	11,95	26,51	263,51	12,09
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	0,82	1,22	15,20	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,85	0,05	13,28	57,68	0,27
Итого			512	19,69	17,49	62,29	488,97	17,65
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,20	6,70	23,10	192,00	0,10
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	120	3,63	5,80	16,46	132,39	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	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
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,20	3,13	22,71	144,33	0,03
Итого			391	12,00	10,05	61,11	407,33	5,93
Всего				44,48	40,12	187,16	1 312,20	28,87