

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./**МЕНЮ**
9 июля 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	1,56	4,79	10,51	91,49	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,19	2,15	2,50	34,04	3,85
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	8,69	12,31	1,70	152,33	0,14
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	100	2,90	3,03	14,57	97,24	0,19
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,10	2,53	12,70	86,96	0,46
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			350	14,54	21,78	27,41	364,82	4,45
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	142	0,57	0,57	13,96	66,94	14,24
Итого			142	0,57	0,57	13,96	66,94	14,24
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,33	0,04	3,09	32,34	1,08
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,09	6,01	10,59	115,13	4,06
	14-20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10	3,19	5,20	8,94	95,32	4,45
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,34	4,07	15,42	108,04	7,18
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	115	1,89	3,57	14,58	98,47	7,04
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	8,05	7,60	9,58	139,06	0,32
	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	0,36	0,08	15,29	63,95	0,00
Итого			580	18,37	18,60	74,87	561,92	12,64
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,04	1,57	10,70	69,87	5,93
2008	129	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	125	1,92	0,21	13,45	64,50	9,26
	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	25	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			370	11,49	9,91	43,42	307,04	6,03
Всего				44,97	50,86	159,66	1 300,72	37,36