

ГБДОУ детский сад № 57 Кир.р-н
_____/Буркова А.А./

МЕНЮ
7 октября 2025 г.

Ясли 12 часов(vs)

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								
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,86	1,52	1,81	76,95	1,32
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	5,52	8,49	2,30	182,12	0,20
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ (аллергики)	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
	TKN№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,32	1,24	7,17	65,60	0,42
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	23,02	35,33	0,00
Итого			350	9,20	11,85	34,30	360,00	1,94
II Завтрак								
		ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125	5,00	2,50	19,75	90,00	0,88
2024	48	АПЕЛЬСИН (аллергики)	80	0,72	0,16	6,48	34,40	48,00
Итого			125	5,00	2,50	19,75	90,00	0,88
Обед								
	TKN№001	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,00	0,10	1,50	9,60	1,00
2012	77	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	2,74	4,19	8,49	78,22	6,54
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	2,18	3,01	3,52	78,23	0,85
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,26	5,38	23,73	125,89	0,00
	TKN№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	13,65	54,21	0,60
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,00	0,16	8,51	34,00	0,00
Итого			581	11,30	12,93	59,40	380,15	8,99
Полдник уплотнённый								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	2,43	4,58	7,74	65,29	14,52
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,14	5,16	30,02	127,39	0,06
	TKN№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	8,23	32,90	0,00
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	18,34	31,00	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	80	0,00	0,00	0,00	0,00	14,13
Итого			415	7,57	9,86	64,33	256,58	28,71
Всего				33,07	37,14	177,78	1 086,73	40,52

Медсестра _____ Лукашевич Я.К,