Утверждаю

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

МЕНЮ

10 октября 2025 г.

Ясли 12 часов(vs)

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	3,07	3,44	10,72	113,91	5,20
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,81	7,17	14,47	172,75	0,58
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергики)	150	1,43	0,29	16,04	71,73	0,00
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	1,32	1,24	9,11	73,34	0,42
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	170	0,00	0,00	7,95	32,17	0,00
Итого			**355**	**9,20**	**11,85**	**34,30**	**360,00**	**6,20**
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	5,00	2,50	19,75	90,00	0,40
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	80	0,32	0,27	8,27	37,60	1,60
Итого			**150**	**5,00**	**2,50**	**19,75**	**90,00**	**0,40**
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,55	1,27	3,24	30,66	1,52
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,63	6,64	3,43	66,70	4,03
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	2,10	5,25	5,89	75,57	0,07
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,09	2,03	9,34	69,16	4,76
2008	442	СОК РАННЕГО ВОЗРАСТА ПЕРСИК	150	0,75	0,00	12,42	31,11	2,36
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,16	15,00	41,30	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	15,00	65,50	0,00
Итого			**580**	**12,30**	**16,10**	**64,32**	**380,00**	**12,74**
Полдник уплотнённый								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,00	0,78	4,20	11,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	8,34	9,45	15,66	121,88	6,16
2008	437	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ ПРОТЁРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	0,90	0,20	15,00	40,80	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	18,84	207,90	0,00
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ	80	0,32	0,24	8,24	32,00	4,00
Итого			**410**	**11,30**	**11,85**	**64,33**	**430,00**	**21,16**
Всего				**37,80**	**42,30**	**182,70**	**1 260,00**	**40,50**

Медсестра _____ Лукашевич Я.К,