

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 81

И.А.Моисеева/

МЕНЮ**13 ноября 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	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	9,46	11,20	33,40	288,00	0,90
II Завтрак								
	ТК№006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,18	6,56	7,84	110,05	5,38
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,00	0,40	0,00	139,00	0,40
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	4,05	17,11	115,29	8,31
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			598	20,77	12,65	50,45	494,04	16,59
Уплотненный полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,59	13,62	12,30	229,55	17,20
	ТК№036	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	2,30	6,00	24,20	134,00	5,10
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,92	3,50	6,31	79,11	0,98
Итого			510	20,91	23,34	67,31	547,16	23,88
Всего				52,64	47,69	172,16	1 425,20	45,37