

Утверждаю

Утверждаю

Заведующий

Заведующий

ГБОУ детский сад №12 Стачек 67/7

ГБОУ детский сад №12 Стачек 67/7

/Карташова Н.Н./

/Карташова Н.Н./

МЕНЮ

1 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

Р-к к еп- о	№ техн. карты	состав Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
4	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,34	4,13	9,53	93,43	0,00
8	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	5,59	8,91	23,03	195,31	0,52
2	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,32	3,45	14,93	108,97	0,74
о			340	14,25	16,49	47,49	397,71	1,26
II Завтрак								
8		ЙОГУРТ	125	3,51	3,13	5,65	70,86	0,88
о			125	3,51	3,13	5,65	70,86	0,88
Обед								
8		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	28	0,23	0,03	0,48	3,70	1,42
8	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	7,38	9,17	6,86	147,77	11,37
6	271	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ	65	7,79	3,54	5,37	84,38	0,18
8	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	120	2,62	2,70	19,61	113,91	9,98
8	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	155	1,47	0,09	23,39	101,52	0,47
8		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,48	0,20	9,46	45,50	0,00
8		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
о			575	22,47	16,33	75,47	549,18	23,42
Полдник								
2	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	120	11,71	11,70	17,91	224,25	1,29
8		ВАФЛИ	77	2,15	2,54	59,46	272,31	0,00
к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,05	0,00	6,80	27,34	0,01
8		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	0,98	0,15	6,37	30,53	0,00
8		АПЕЛЬСИН	94	0,60	0,10	5,70	30,10	42,00
о			458	15,49	14,49	96,24	584,53	43,30
о				55,72	50,44	224,85	1 602,28	68,86