



Утверждаю

Заведующий

БДОУ детский сад №12 Стачек 67/7

/Карташова Н.Н./

МЕНЮ

4 сентября 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								
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,88	1,82	1,84	27,21	4,66
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	9,81	12,58	2,26	161,72	0,19
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,85	2,25	19,22	109,16	0,48
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			320	15,04	17,25	33,62	350,49	5,33
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	146	3,90	1,30	5,45	51,99	0,65
Итого			146	3,90	1,30	5,45	51,99	0,65
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	25	0,20	0,02	1,83	19,19	0,64
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	160/15	7,49	7,03	12,70	144,25	6,35
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	45/30	10,96	6,05	3,50	129,70	8,06
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	105	3,60	3,25	22,96	135,54	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	141	0,71	0,14	14,26	60,71	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			561	25,76	17,29	74,05	582,59	15,05
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	29	0,23	0,03	0,73	4,08	2,91
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	55	8,95	5,56	3,57	99,97	0,26
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	165	3,49	2,63	13,87	94,59	19,64
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,14	0,00	10,54	42,68	0,03
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	4,57	1,98	30,46	157,78	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАНАН	74	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
Итого			553	19,76	10,73	82,43	507,47	29,92
Всего				64,46	46,57	195,55	1 492,54	50,95