



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4
/Картасова Н.Н./**МЕНЮ**

6 августа 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	3,77	3,58	8,27	81,06	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	130	3,43	5,43	19,99	143,14	0,39
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	170	4,80	4,02	15,62	119,23	0,80
			325	12,00	13,03	43,88	343,43	1,19
Итого								
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	139	4,04	3,48	5,57	73,82	0,98
			139	4,04	3,48	5,57	73,82	0,98
Итого								
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	33	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	4,99	5,69	11,35	121,82	4,50
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	8,86	0,35	0,93	42,22	0,65
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	115	2,24	3,88	18,10	116,46	9,14
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	15	1,47	7,57	0,16	74,63	0,13
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	135	0,05	0,05	8,79	36,13	0,50
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,33	0,20	8,45	40,70	0,00
			538	19,24	17,74	48,48	437,16	15,72
Итого								
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	125/13	22,49	15,87	25,97	341,82	2,64
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	204	6,02	5,20	9,98	112,24	1,12
2008		ГРУША	19	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
			361	28,81	21,27	43,15	486,96	7,26
Итого								
				64,09	55,52	141,08	1 341,37	25,15
Всего								