

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ детский сад №12 Стачек 67/7

/Карташова Н.Н./

МЕНЮ

8 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,90	3,71	8,55	83,79	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	5,29	6,00	23,25	168,17	0,58
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,93	3,19	12,12	93,84	0,68
Итого			360	13,12	12,90	43,92	345,80	1,26
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	80	1,13	3,43	5,02	56,40	8,83
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	9,18	9,78	6,40	155,96	9,55
2016	271	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЗАПЕЧЕННАЯ	60	6,66	3,75	5,27	81,27	0,15
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	125	2,73	3,20	20,94	123,95	10,63
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	1,11	0,07	23,49	99,86	0,35
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			620	23,63	21,01	79,90	610,63	29,51
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	195	24,43	23,66	15,33	372,41	1,63
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	55	5,24	6,61	27,10	188,91	5,84
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	110	0,04	0,00	4,93	19,88	0,01
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,37	30,53	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	64	0,60	0,10	5,70	30,10	42,00
Итого			439	31,29	30,52	59,43	641,83	49,48
Всего				71,54	67,56	188,89	1 668,90	81,13