

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ детский сад №12 Стачек 67/7

/Картасова Н.Н./

МЕНЮ

9 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Формы питания	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,96	1,61	1,93	26,02	1,37
008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,02	19,22	2,43	231,04	0,20
014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,90	2,36	10,67	76,12	0,54
008		БАТОН	20	1,65	0,64	11,31	57,64	0,00
го			350	17,53	23,83	26,34	390,82	2,11
II Завтрак								
008	435	КЕФИР	140	4,06	3,50	5,60	74,20	0,98
го			140	4,06	3,50	5,60	74,20	0,98
Обед								
012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,44	1,97	2,55	29,60	1,20
008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ПТИЦЕЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,25	5,42	8,80	107,61	8,20
012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,84	13,90	3,62	198,95	0,67
008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,80	2,59	17,20	107,18	0,00
008	394	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,12	0,09	12,09	50,07	0,61
008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
го			571	24,77	24,15	52,74	534,20	10,68
Полдник								
008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	35	0,28	0,03	0,87	4,90	3,50
012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	55	8,49	3,83	4,46	86,21	0,27
008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	100	2,13	2,88	14,11	91,17	6,81
008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,14	0,05	6,14	28,07	1,64
008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
008		ВАФЛИ	20	0,56	0,66	15,46	70,80	0,00
008		БАНАН	64	0,97	0,32	13,53	61,83	6,44
го			439	13,55	7,92	60,95	373,58	18,66
го				59,91	59,40	145,63	1 372,80	32,43