



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №12 Стачек 67/7
/Карташова Н.Н./

МЕНЮ
11 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,48	4,82	17,71	132,69	0,41
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,90	2,31	12,56	83,24	0,50
2008		БАТОН	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			370	11,36	9,97	40,71	298,98	0,91
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		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	37	0,29	0,04	0,62	4,77	1,83
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	5,10	7,73	11,29	139,70	4,13
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	13,65	3,42	1,46	90,87	0,33
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	125	2,47	3,41	16,23	105,99	7,57
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,53	0,16	20,32	87,29	0,29
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	40	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			597	25,61	15,81	73,82	548,01	14,15
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	180/13	34,05	21,56	31,85	468,70	3,05
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,44	3,82	7,34	82,64	0,82
2008		ЯБЛОКО	86	0,30	0,30	6,90	32,90	7,00
Итого			429	38,79	25,68	46,09	584,24	10,87
Всего				79,26	54,59	166,26	1 501,87	26,81