

Заведующий

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 67/7

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 67/7

/Карташова Н.Н./

МЕНЮ

12 ноября 2025 г.

Ясли 12 часов

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
			Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак							
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,90	3,71	8,55	83,79	0,00
99	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	130	3,46	5,43	20,27	144,31	0,37
99	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	130	1,35	0,19	19,06	83,32	0,00
ук	КАКАО С МОЛОКОМ	160	4,52	3,79	13,58	107,82	0,76
ук	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	115	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
		320	11,88	12,93	42,40	335,92	1,13
II Завтрак							
35	КЕФИР	141	4,10	3,53	5,65	74,86	0,99
	ГРУША (аллергии)	63	0,20	0,20	6,20	28,20	3,00
		141	4,10	3,53	5,65	74,86	0,99
Обед							
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	7,40	8,16	11,65	157,28	4,47
91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ (аллергии)	150/10/10	7,63	5,32	12,07	127,44	4,52
228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	8,31	0,33	0,84	39,40	0,56
123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	2,13	3,73	17,29	111,38	8,73
378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	15	1,52	7,44	0,18	73,79	0,35
405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	145	0,10	0,10	9,09	38,16	0,95
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,33	0,20	8,45	40,70	0,00
		545	21,09	19,96	48,20	465,91	15,86
Полдник							
224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	140/13	24,86	24,21	27,70	435,41	2,77
331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	154	5,34	0,63	34,19	163,93	0,00
434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	193	5,69	4,91	9,43	106,07	1,05
к/к	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	115	0,19	0,00	5,25	21,76	0,04
	ГРУША	76	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
		422	30,85	29,32	44,33	574,38	7,32
			67,92	65,74	140,58	1 451,07	25,30