



Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 67/7

/Карташова Н.Н./

МЕНЮ

17 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	4,26	4,06	9,36	91,73	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	130	3,57	4,88	20,54	140,93	0,40
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	175	5,10	4,24	15,57	122,39	0,82
Итого			335	12,93	13,18	45,47	355,05	1,22
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	164	4,76	4,10	6,56	86,98	1,15
Итого			164	4,76	4,10	6,56	86,98	1,15
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	42	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	5,25	6,68	16,39	155,85	5,36
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	55	9,66	0,38	1,03	46,03	0,67
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	135	2,68	3,35	21,73	128,09	10,98
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	15	1,52	6,97	0,18	69,53	0,35
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,11	0,11	14,25	59,12	1,14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,33	0,20	8,45	40,70	0,00
Итого			587	20,85	17,69	62,73	504,52	19,30
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	175/13	32,90	22,24	31,58	467,59	3,28
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	210	6,19	5,34	10,24	115,24	1,14
2008		ГРУША	93	0,37	0,28	9,54	43,54	4,63
Итого			491	39,46	27,86	51,36	626,37	9,05
Всего				78,00	62,83	166,12	1 572,92	30,72