

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 15
_____/Валявская Н.Г./

МЕНЮ
9 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								
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,50	1,80	24,30	1,28
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,29	15,94	2,22	201,67	0,18
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	175	2,65	2,16	10,78	73,80	0,49
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		БАТОН	25	1,80	0,70	12,34	62,88	0,00
Итого			350	17,64	20,30	27,14	362,65	1,95
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/5	5,23	6,15	2,12	88,60	4,10
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10	2,40	1,38	2,63	32,92	0,34
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	55	8,69	10,25	1,86	134,60	0,36
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	55	8,35	8,47	4,35	129,27	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,23	3,20	7,83	69,61	1,10
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	120	0,03	4,01	0,04	36,28	0,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	16,35	67,08	0,90
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	23	1,70	0,66	11,65	59,39	0,00
Итого			578	19,59	20,57	49,29	465,66	10,45
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	110	9,80	9,35	7,65	154,57	0,44
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,18	3,14	18,28	122,40	0,06
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,25	0,06	13,05	54,11	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,37	30,53	0,00
2008		ЯБЛОКО	70	0,26	0,26	6,86	33,09	7,04
Итого			395	16,47	12,96	52,21	394,70	7,54
Всего				57,20	56,96	134,28	1 293,65	20,82

Повар _____ Филина М.И.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 15

_____/Валявская Н.Г./

МЕНЮ

9 сентября 2025 г.

Сад 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								
2012	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,15	1,99	2,43	32,07	1,76
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,71	17,33	2,37	216,41	0,19
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,06	2,48	11,65	81,86	0,57
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		БАТОН	31	2,32	0,90	15,93	81,18	0,00
Итого			401	19,24	22,70	32,38	411,52	2,52
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,66	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,66	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	6,98	4,98
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	3,93	5,36	2,64	80,08	5,02
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	2,62	1,39	3,24	36,54	0,34
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	10,37	11,09	2,88	152,97	0,44
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	80	11,56	11,72	6,02	178,99	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	2,81	5,57	9,91	101,89	1,39
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	150	2,91	0,58	23,72	112,04	12,00
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	30,21	122,93	1,08
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
Итого			750	22,25	23,46	77,60	617,74	12,91
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,25	14,46	9,70	222,78	0,60
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	7,04	5,00	25,32	175,21	0,08
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,30	0,07	18,36	75,79	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
Итого			495	21,89	20,00	67,60	541,98	8,68
Всего				66,88	69,29	183,22	1 641,90	24,99

Повар _____ Филина М.И.