

Утверждаю

заведующая
Детский сад №65
/Янбулатова Е.Н./



МЕНЮ

20 июня 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	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	2,05	8,44	23,46	177,33	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	5	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
к/к	к/к	КАКАО БЕЗМОЛОЧНОЕ	180	2,35	1,46	10,67	66,73	0,00
Итого			405	11,77	22,93	49,11	450,78	0,00
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Итого			200	0,97	0,19	19,59	83,42	1,60
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	150	3,45	11,33	11,45	170,76	2,00
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,09	16,27	9,79	218,49	2,55
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	4,32	8,50	27,43	203,70	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			500	18,51	36,45	75,31	713,23	4,55
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	9,03	34,63	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	1,50	1,96	23,91	118,03	0,00
Ужин								
2008		ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	40	0,44	0,00	0,96	5,60	4,00
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	2,22	0,22	10,89	55,71	13,81
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,19	0,00	10,09	41,11	0,04
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
Итого			400	5,07	0,40	36,54	171,34	17,85
Всего				37,82	61,93	204,46	1 536,80	24,00

шеф-повар

Сорокина А.А.

Утверждаю



заведующая
Детский сад №65
/Янбулатова Е.Н./

МЕНЮ

20 июня 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,74	5,72	21,06	150,28	0,29
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,21	4,22	18,65	120,60	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,63	0,21	17,29	81,56	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,04	6,85	0,07	62,14	0,00
к/к	к/к	КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,36	1,95	11,25	72,75	0,38
2008	433	КАКАО БЕЗМОЛОЧНОЕ (аллергики)	200	0,29	0,18	6,78	30,11	0,00
Итого			456	13,87	19,33	49,97	429,73	0,67
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,32	0,00	17,62	72,61	2,64
Итого			100	0,32	0,00	17,62	72,61	2,64
Обед								
2008	94	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ НА К/Б	180	3,55	5,84	10,75	111,60	2,10
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	7,07	10,05	4,06	135,14	1,40
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,28	2,70	27,37	151,10	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,81	31,23	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,14	0,42	20,14	96,88	0,00
Итого			610	18,04	19,01	70,13	525,95	3,50
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	5,55	21,28	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			230	2,25	2,94	27,87	146,38	0,00
Ужин								
2008		ПОМИДОР СОЛЕННЫЙ	50	0,60	0,00	1,31	7,66	5,47
2008	351	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	1,84	0,22	9,39	47,63	12,34
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,87	31,98	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	50	3,07	0,25	20,19	95,25	0,00
Итого			450	5,63	0,47	38,76	182,52	17,83
Всего				40,11	41,75	204,35	1 357,19	24,64

шеф-повар

Сорокина А.А.