

Утверждаю

заведующая

Детский сад №65

/Янбулатова Е.Н./

МЕНЮ

1 июля 2025 г.

Если 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,67	9,73	25,61	205,05	0,26
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	2,26	8,52	23,28	178,86	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)	6	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	1,05	1,34	0,00	16,53	0,03
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,41	1,21	17,22	89,72	0,26
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	180	1,00	0,00	14,89	63,53	0,00
Итого			372	9,38	16,59	57,47	417,62	0,55
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	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,04	5,43	4,86	85,25	6,10
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	50	6,82	10,71	5,82	147,43	2,28
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,66	4,96	16,48	124,99	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			500	16,17	21,45	48,96	458,60	8,38
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	180	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	6,56	6,33	23,26	177,68	0,94
Ужин								
2008	371	СОУС СЛАДКИЙ	40	0,00	0,00	4,51	17,31	0,00
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	16,98	18,14	10,77	277,00	0,16
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
Итого			400	19,30	18,32	34,92	383,78	0,18
Всего				52,38	62,88	184,20	1 521,10	11,65

и.о.шеф-повара

Ямбушева Л.А.

Утверждаю

заведующая

Детский сад №65

Ямбулатова Е.Н./



МЕНЮ

1 июля 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	189	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,16	4,91	21,21	146,11	0,32
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,38	3,22	17,67	109,16	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,32	0,18	15,22	71,85	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,13	0,04	37,40	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	6	1,26	1,60	0,00	19,77	0,04
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,63	1,25	10,42	59,83	0,27
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	200	0,20	0,00	8,78	35,92	0,00
Итого			422	9,40	12,07	46,89	334,96	0,63
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,34	0,00	18,83	77,60	2,82
Итого			100	0,34	0,00	18,83	77,60	2,82
Обед								
2008	95	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,06	4,35	5,56	75,79	7,28
2008	259	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	70	7,17	10,64	4,54	142,95	1,45
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	4,20	2,44	19,01	114,60	0,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,17	24,67	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00
Итого			610	17,74	17,87	56,48	459,99	8,73
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,76	4,97	9,54	107,29	1,06
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200	0,00	0,00	7,74	30,95	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			230	8,01	7,91	31,86	232,39	1,06
Ужин								
2008	371	СОУС СЛАДКИЙ	50	0,00	0,00	6,29	24,10	0,00
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	18,38	14,67	9,43	246,95	0,19
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,03	24,58	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	50	3,72	0,30	24,53	115,76	0,00
Итого			450	22,22	14,97	46,28	411,39	0,21
Всего				57,71	52,82	200,34	1 516,33	13,45

и.о. шеф-повара

Ямбушева Л.А.