

Утверждаю

заведующая
Детский сад №65
Ямбулатова Е.Н./**МЕНЮ**
7 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	180	4,23	6,47	19,18	152,26	0,30
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,59	5,00	16,67	121,91	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,43	0,19	16,02	75,61	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,04	6,40	0,06	58,02	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,84	1,42	11,37	65,98	0,30
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	200	0,23	0,00	7,90	32,51	0,00
Итого			416	8,54	14,48	46,63	351,87	0,60
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,27	0,00	15,01	61,84	2,25
Итого			100	0,27	0,00	15,01	61,84	2,25
Обед								
2008	75	БОРЩ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	180	3,59	9,47	7,17	130,78	8,25
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	200	8,74	6,70	12,71	146,81	13,28
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,76	31,04	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,42	0,45	21,90	105,38	0,00
Итого			610	15,75	16,62	49,54	414,01	21,53
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,58	4,81	9,23	103,88	1,03
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200	0,00	0,00	6,70	26,78	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			230	7,83	7,75	31,55	228,98	1,03
Ужин								
2008		ИКРА ОВОЩНАЯ	50	0,69	3,24	2,81	43,38	2,55
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,28	1,58	27,36	140,95	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,00	28,46	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	50	3,94	0,32	25,91	122,28	0,00
Итого			450	9,03	5,14	63,08	335,07	2,57
Всего				41,42	43,99	205,81	1 391,77	27,98

и.о.шеф-повара

Ямбушева Л.А.

Утверждаю

заведующая

Детский сад №65

Ямбулатова Е.Н./

МЕНЮ

7 июля 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	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	3,42	4,88	15,57	120,15	0,26
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	5,50	0,05	49,87	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,74	1,21	10,52	60,25	0,26
Итого			366	7,41	11,77	40,74	299,19	0,52
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	75	БОРЩ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150	3,12	6,04	6,63	96,79	7,26
2012	302	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	160	7,95	6,22	10,60	130,82	10,93
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,45	25,80	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,65	0,35	16,96	81,58	0,00
Итого			500	13,72	12,61	40,64	334,99	18,19
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,06	4,37	8,38	94,28	0,94
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		ИКРА ОВОЩНАЯ	40	0,60	2,81	2,43	37,60	2,21
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,29	3,17	27,38	155,30	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,00	6,72	27,40	0,03
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
Итого			400	7,24	6,16	51,13	289,22	2,24
Всего				35,90	37,06	175,36	1 184,50	23,49

и.о.шеф-повара

Ямбушева Л.А.