

Утверждаю

заведующая

Детский сад №65

Яноулатова Е.Н./

МЕНЮ

19 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	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	1,35	0,19	23,89	102,65	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	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,00	0,00	14,89	63,53	0,00
Итого			366	4,62	8,62	53,46	309,90	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	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	150	3,85	14,02	10,18	193,12	10,83
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПТИЦЕЙ	160	13,10	28,94	14,30	370,11	7,32
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	19,60	43,31	51,12	683,51	18,15
Полдник								
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	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	1,50	1,96	24,56	122,10	0,00
Ужин								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	20,13	26,77	7,13	349,60	0,26
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	8,93	8,62	18,65	187,99	0,00
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	31,47	35,57	50,47	647,62	0,30
Всего				58,16	89,65	199,20	1 846,55	20,05

шеф-повар _____

Сорокина А.А.

Утверждаю



заведующая
Детский сад №65
Янбулатова Е.Н./

МЕНЮ

19 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	189	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	2,93	4,38	21,31	136,77	0,27	
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	1,47	0,21	19,17	84,44	0,00	
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,56	0,20	16,82	79,38	0,00	
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	4,93	0,05	44,73	0,00	
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,65	1,26	10,22	59,21	0,27	
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	180	0,18	0,00	7,63	31,27	0,00	
			396	7,17	10,77	48,40	320,09	0,54	
Итого									
II Завтрак									
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,31	0,00	17,15	70,67	2,57	
			100	0,31	0,00	17,15	70,67	2,57	
Итого									
Обед									
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	3,45	4,59	6,75	84,54	8,96	
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПТИЦЕЙ	200	9,15	11,73	17,09	210,50	8,88	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,74	26,94	0,00	
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,48	0,46	22,25	107,08	0,00	
			610	16,08	16,78	52,83	429,06	17,84	
Итого									
Полдник									
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,57	4,80	9,22	103,67	1,03	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200	0,00	0,00	6,65	26,61	0,00	
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00	
			230	7,82	7,74	31,54	228,77	1,03	
Итого									
Ужин									
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	18,59	12,88	4,66	208,47	0,36	
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (аллергики)	80	18,06	10,73	2,61	178,68	0,30	
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	8,89	1,55	18,58	123,85	0,00	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,98	28,38	0,02	
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	50	3,41	0,28	22,47	106,04	0,00	
			460	31,01	14,71	52,69	466,74	0,38	
Итого									
Всего					62,39	50,00	202,61	1 515,33	22,36

шеф-повар _____

Сорокина А.А.