

Утверждаю

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


МЕНЮ

25 июня 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	5,05	6,96	23,06	175,61	0,52
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	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	5,50	0,05	49,87	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,91	1,21	9,78	57,96	0,26
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергии)	180	1,00	0,00	14,89	63,53	0,00
Итого			366	9,21	13,85	47,49	352,36	0,78
II Завтрак								
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100	0,00	0,00	9,03	34,63	0,00
Итого			100	0,00	0,00	9,03	34,63	0,00
Обед								
2008	75	БОРЩ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150	2,69	5,60	6,63	91,26	7,24
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	8,80	9,04	27,86	228,17	1,33
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	2,87	0,38	18,37	88,38	0,00
Итого			500	14,36	15,02	59,31	433,61	8,57
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,22	3,64	6,98	78,57	0,78
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергии)	150	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	60	5,93	7,93	28,27	207,84	0,00
Итого			210	10,15	11,57	35,25	286,41	0,78
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	19,18	12,44	4,34	205,56	0,51
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (аллергии)	60	20,21	18,79	7,72	280,46	0,60
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	1,94	4,58	13,79	104,26	6,77
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	130	1,45	8,28	11,47	126,34	5,76
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	23,47	17,20	39,45	406,14	7,31
Всего				57,19	57,64	190,53	1 513,15	17,4

шеф-повар

Сорокина А.А.

Утверждаю

заведующая
Детский сад №65
Янбулатова Е.Н.

МЕНЮ

25 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 ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,29	5,31	21,18	150,17	0,35
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,37	0,55	17,93	86,23	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,10	0,17	13,86	65,40	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,03	5,41	0,05	49,06	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,10	0,81	8,85	47,22	0,17
к/к	к/к	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергии)	200	0,21	0,00	8,04	32,96	0,00
Итого			416	7,52	11,70	43,94	311,85	0,52
II Завтрак								
		НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	100	0,00	0,00	9,03	34,63	0,00
Итого			100	0,00	0,00	9,03	34,63	0,00
Обед								
2008	75	БОРЩ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	180	2,95	5,62	7,08	92,98	8,17
2008	311	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	9,67	9,03	32,93	251,93	1,24
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,54	26,15	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,48	0,46	22,25	107,08	0,00
Итого			610	16,10	15,11	68,80	478,14	9,41
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,84	4,17	8,01	90,18	0,90
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергии)	180	0,00	0,00	6,92	27,64	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	80	4,72	6,94	29,70	199,90	0,00
Итого			260	9,56	11,11	37,71	290,08	0,90
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	19,22	13,95	5,27	222,90	0,57
2008	242	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ (аллергии)	80	12,75	6,21	3,75	121,53	0,38
		ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	1,92	2,37	14,70	87,93	7,35
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	130	1,52	2,02	12,35	73,79	6,24
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	7,39	30,04	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	50	3,84	0,31	25,26	119,20	0,00
Итого			460	25,10	16,63	52,62	460,07	7,94
Всего				58,28	54,55	212,10	1 574,77	18,77

шеф-повар

Сорокина А.А.