

Утверждаю



заведующая
Детский сад №65
Янбулатова Е.Н./

МЕНЮ

27 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	3,45	4,40	14,72	112,54	0,26
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,47	8,63	20,73	170,41	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
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,74	1,21	10,52	60,25	0,26
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	180	1,00	0,00	14,89	63,53	0,00
Итого			366	7,44	9,92	39,88	279,11	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	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	150	3,11	5,20	5,35	83,25	7,31
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	160	6,85	9,46	13,42	166,43	7,15
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	2,81	0,37	18,02	86,68	0,00
Итого			500	12,77	15,03	41,63	355,71	14,46
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	180	0,00	0,00	6,77	25,98	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	0,00
Итого			200	1,50	1,96	21,65	109,38	0,00
Ужин								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,71	2,51	3,44	39,48	2,70
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	9,69	14,60	2,82	181,56	0,26
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (аллергики)	150	9,96	26,67	0,62	282,37	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	7,47	30,23	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
Итого			400	12,72	17,29	28,33	320,19	2,98
Всего				35,40	44,39	151,08	1 147,81	19,56

шеф-повар

Сорокина А.А.

Утверждаю

заведующая

Детский сад №65

Янбулатова Е.Н./



МЕНЮ

27 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	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	180	4,08	6,23	18,24	145,45	0,26
2008	184	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	180	2,59	0,68	15,90	79,96	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,12	0,17	13,98	65,97	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,04	6,18	0,06	56,06	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,64	1,24	9,02	54,11	0,26
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	200	0,21	0,00	9,41	38,47	0,00
Итого			416	7,88	13,82	41,30	321,59	0,52
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	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	3,47	4,94	6,15	85,39	8,57
2008	133	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	8,49	9,82	16,58	189,03	8,75
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,88	35,50	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,47	0,46	22,19	106,78	0,00
Итого			610	15,43	15,22	53,80	416,70	17,37
Полдник								
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	200	0,00	0,00	7,04	27,00	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			230	2,25	2,94	29,36	152,10	0,00
Ужин								
2012	45	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,99	4,46	4,52	63,04	3,82
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	8,61	10,93	2,31	142,32	0,21
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ (аллергики)	150	7,45	12,01	0,42	139,60	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	9,56	38,73	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	50	3,45	0,28	22,69	107,06	0,00
Итого			450	13,17	15,67	39,08	351,15	4,05
Всего				39,05	47,65	181,16	1 314,15	24,53

шеф-повар

Сорокина А.А.