

Утверждаю

заведующая

Детский сад №65

Янбулатова Е.Н./

МЕНЮ

29 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,22	3,86	17,58	117,68	0,26
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,81	2,58	15,25	90,82	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	4,95	0,05	44,88	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	1,61	1,21	10,15	58,25	0,26
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	180	0,20	0,00	7,82	32,06	0,00
Итого			366	7,08	10,20	42,38	289,73	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	2,90	4,68	5,11	76,56	7,10
2012	310	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	7,72	11,11	5,13	151,34	0,27
2008	81	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	50	10,93	37,20	5,09	398,63	0,21
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2,43	0,19	8,86	47,91	17,86
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,84	0,38	18,17	87,41	0,00
Итого			500	15,89	16,36	44,05	390,31	25,23
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	6,78	27,09	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								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	60	11,92	4,73	6,58	116,25	0,36
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	8,89	2,22	18,59	129,94	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,10	0,00	6,01	24,42	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ,СОРТ	30	2,22	0,18	14,60	68,92	0,00
Итого			400	23,13	7,13	45,78	339,53	0,38
Всего				53,63	40,21	175,06	1 280,67	28,67

шеф-повар

Сорокина А.А.

Утверждаю

заведующая

Детский сад №65

Янбулатова Е.Н./

МЕНЮ

29 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 МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	3,76	5,26	20,94	145,80	0,29
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	2,17	3,78	18,31	115,20	0,00
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	30	2,12	0,17	13,96	65,88	0,00
2008	13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	6	0,04	6,23	0,06	56,45	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,75	1,37	10,26	60,73	0,29
2008	432	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК (аллергики)	200	0,16	0,00	7,63	31,13	0,00
Итого			416	7,67	13,03	45,22	328,86	0,58
II Завтрак								
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	0,33	0,00	18,12	74,67	2,72
Итого			100	0,33	0,00	18,12	74,67	2,72
Обед								
2008	88	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	180	3,38	5,51	6,17	90,12	8,57
2012	310	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	8,72	12,02	6,00	167,08	0,32
2008	81	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ (аллергики)	70	8,16	10,25	4,81	144,00	0,26
2008	346	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	2,89	0,21	10,54	57,03	21,18
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	7,74	30,96	0,00
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	50	3,53	0,47	22,59	108,71	0,00
Итого			610	18,52	18,21	53,04	453,90	30,07
Полдник								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,48	4,72	9,07	102,02	1,01
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (аллергики)	200	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,00
Итого			230	7,73	7,66	31,39	227,12	1,01
Ужин								
2012	258	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	15,92	8,05	8,32	168,98	0,48
2008	335	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ	130	8,89	2,53	18,59	132,77	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,12	0,00	6,73	27,38	0,02
2012	115	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ, СОРТ	50	3,42	0,28	22,54	106,41	0,00
Итого			460	28,35	10,86	56,18	435,54	0,50
Всего				62,60	49,76	203,95	1 520,09	34,88

шеф-повар

Сорокина А.А.