

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №75

/Сергеева О.О./

МЕНЮ**13 августа 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,30	4,18	7,14	63,24	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,19	2,08	2,38	32,08	1,84
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,30	13,92	1,92	93,19	0,17
	TKN№029	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,76	3,17	15,44	105,93	0,59
Итого			345	18,55	23,35	26,88	294,44	2,60
II Завтрак								
	TKN№002	ГРУША СВЕЖАЯ	132	0,53	0,44	13,64	62,04	2,64
Итого			132	0,53	0,44	13,64	62,04	2,64
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	35	0,32	1,83	2,64	28,90	0,42
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	2,60	5,05	2,76	68,15	0,39
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	215	2,01	2,10	9,80	66,26	0,08
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	90	1,49	3,40	9,46	73,87	3,98
	TKN№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,30	0,00	5,80	85,00	0,00
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,53	31,62	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,51	7,85	40,09	0,00
Итого			685	8,86	13,01	44,84	393,89	4,87
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	63,00	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	210	0,95	0,77	5,10	33,33	0,74
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,72	0,20	10,71	51,51	0,00
	TKN№008	ПЕЧЕНЬЕ	14	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,69	27,44	0,10
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			549	10,45	8,01	27,30	231,78	1,14
Всего				38,39	44,81	112,66	982,15	11,25

Медицинская сестра

Морохина И.М.

Шеф повар (зав. производством)

Шипеева Л.А.



МЕНЮ

13 августа 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,30	4,18	7,14	63,24	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,49	2,67	2,97	40,10	2,18
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,25	20,79	2,87	147,51	0,20
	TK№043	КАКАО С МОЛОКОМ	175	3,72	3,14	15,29	104,86	0,59
Итого			405	23,76	30,78	28,27	355,71	2,97
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	132	0,53	0,44	13,64	62,04	2,64
Итого			132	0,53	0,44	13,64	62,04	2,64
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	45	0,40	2,52	3,26	37,95	0,54
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	2,72	5,59	3,10	74,62	0,44
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	250	2,31	7,33	11,28	120,57	0,09
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	125	1,99	4,65	12,95	101,09	5,48
	TK№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			865	11,40	21,04	61,09	553,23	6,55
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	235	1,64	1,02	8,63	53,62	1,60
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK№018	ПЕЧЕНЬЕ	24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10	0,20
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			619	11,13	8,26	32,23	256,12	2,10
Всего				46,82	60,52	135,23	1 227,10	14,26

Медицинская сестра

Морохина И.М.

Морохина И.М.

Шеф повар (зав. производством)

Шипеева Л.А.

Шипеева Л.А.