

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 15
_____/Валявская Н.Г./

МЕНЮ

2 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,38	3,96	12,46	103,68	0,03
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,46	6,09	21,90	159,88	0,40
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,39	25,44	149,62	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,72	2,17	11,37	76,54	0,46
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			355	11,56	12,22	45,73	340,10	0,89
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	79	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			150	4,50	1,50	6,30	60,00	0,75
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,15	7,25	7,55
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,37	5,41	6,74	96,29	4,95
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/10	2,42	1,38	2,68	33,23	8,26
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	9,37	0,35	0,29	41,61	0,36
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	13,13	8,82	0,00	133,35	0,00
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	15	0,82	9,07	0,16	85,62	0,30
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,72	4,12	18,46	122,17	8,96
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	64,50	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,25	10,56	50,88	0,00
Итого			565	19,27	19,26	37,36	468,32	22,12
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	120/13	21,08	10,77	26,15	298,23	0,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	3,60	4,60	37,70	206,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,58	8,80	98,97	0,98
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ГРУША	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			383	26,70	15,55	42,15	430,10	4,48
Всего				62,03	48,53	131,54	1 298,52	28,24

Повар _____ Романюк Ю.А.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 15
_____/Валявская Н.Г./

МЕНЮ
2 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,60	5,58	11,98	121,51	0,05
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,37	7,20	26,58	192,32	0,48
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	2,93	5,85	33,92	199,50	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,95	2,31	11,67	79,85	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			400	13,92	15,09	50,23	393,68	1,03
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	3,24	1,80	7,56	72,00	0,24
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			180	3,24	1,80	7,56	72,00	0,24
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,10	1,91	12,07	12,57
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,26	5,32	10,77	112,74	7,01
2008	83	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	2,62	1,39	3,22	36,44	10,42
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70	13,27	0,50	0,40	58,96	0,51
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,50	11,76	0,00	177,80	0,00
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	20	0,66	11,73	0,17	109,02	0,26
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,35	18,50	124,36	8,97
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,54	0,00	29,70	122,40	10,80
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
Итого			700	24,01	22,30	74,15	600,75	40,12
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/13	26,60	13,60	33,00	376,36	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,50	6,79	38,43	248,50	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		ГРУША	70	0,28	0,21	7,21	32,89	3,50
Итого			463	34,56	20,31	72,49	629,05	4,59
Всего				75,73	59,50	204,43	1 695,48	45,98

Повар _____ Романюк Ю.А.