

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

МЕНЮ
15 сентября 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	30	4,05	3,86	9,97	91,50	0,03
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,90	4,70	22,27	151,48	0,42
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	11,92	78,79	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			350	11,67	10,73	44,16	321,77	0,92
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	126	0,50	0,38	12,98	59,22	6,30
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	4,50	3,91	8,53	87,39	3,26
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	150/15	5,68	5,88	11,59	122,17	5,77
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	10,84	3,10	1,38	76,47	0,03
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,50	8,40	0,00	127,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,56	4,46	16,95	118,71	7,92
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	130	2,70	4,60	17,50	119,40	9,00
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,01	0,00	17,22	68,88	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	10	0,75	0,29	5,14	26,20	0,00
Итого			570	20,30	11,98	58,38	423,64	13,21
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	9,93	12,69	14,66	212,78	0,89
2008	265	ПЛОВ (аллергики)	100	11,35	11,28	16,63	213,76	0,66
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,66	5,51	17,64	135,01	5,04
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,31	1,85	10,22	67,37	0,43
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008		ГРУША	70	0,28	0,21	7,20	32,84	3,49
Итого			385	17,17	20,39	56,08	478,59	9,85
Всего				52,64	46,23	164,26	1 294,64	24,86

Повар _____ Филина М.И.

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

МЕНЮ
15 сентября 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	5,52	5,55	11,44	118,79	0,05
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,20	7,43	28,37	205,71	0,50
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	14,67	15,29	51,48	404,35	1,05
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	125	0,50	0,38	12,88	58,79	6,25
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,20	4,48	11,29	102,11	4,08
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	2,71	1,80	6,34	52,34	3,21
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	11,31	4,20	2,04	91,27	0,04
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	12,50	8,40	0,00	127,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,97	4,90	19,57	134,79	9,15
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	150	3,17	5,06	21,38	144,19	10,37
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,01	0,00	22,61	90,43	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			721	23,13	14,76	84,50	564,89	15,77
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	13,29	16,70	23,06	296,06	1,18
2008	265	ПЛОВ (аллергики)	130	14,76	14,68	21,63	278,06	0,86
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	5,27	5,77	27,01	181,24	6,52
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,78	2,23	10,54	73,95	0,52
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
2008		ГРУША	75	0,30	0,23	7,73	35,25	3,75
Итого			465	22,63	25,06	74,70	617,09	11,97
Всего				63,93	58,24	216,32	1 656,97	29,67

Повар _____ Филина М.И.