

Утверждаю

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

МЕНЮ
15 октября 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	35	3,79	4,80	8,19	72,54	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,35	4,33	21,81	143,49	0,39
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	11,59	77,46	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			355	10,86	11,30	41,59	293,49	0,86
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
2008		ГРУША (аллергики)	81	0,30	0,20	8,20	37,60	4,00
Итого			150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,61	5,65	10,51	111,56	5,22
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,27	5,66	2,43	97,47	0,30
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	60	9,02	9,15	4,70	139,67	0,00
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	130	2,35	5,90	12,16	112,08	9,04
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	130	2,12	3,43	17,47	79,79	10,50
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,42	0,13	18,15	77,32	0,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,68	0,25	10,64	51,25	0,00
2008		БАТОН	20	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
Итого			580	20,07	18,20	64,92	506,28	17,78
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	120/13	21,29	10,88	26,41	301,24	0,00
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,27	5,12	24,08	159,16	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,32	4,58	8,80	98,98	0,98
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ЯБЛОКО	80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			393	26,91	15,76	43,01	437,82	8,98
Всего				62,19	49,01	155,52	1 317,09	28,67

Повар _____ Филина М.И.

МЕНЮ

15 октября 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,21	5,63	15,01	119,66	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,26	5,24	26,64	174,47	0,47
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	180	2,64	5,26	30,53	179,54	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,27	2,56	12,31	86,06	0,55
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергии)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			420	10,74	13,43	53,96	380,19	1,02
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		ГРУША (аллергии)	80	0,30	0,20	8,20	37,60	4,00
Итого			180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	6,98	4,98
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,59	5,35	11,76	117,83	5,92
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,00	8,07	2,63	127,03	0,32
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергии)	70	10,22	10,36	5,32	158,20	0,00
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,48	6,96	12,33	122,66	9,86
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,80	4,60	23,10	145,30	11,70
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,50	0,16	24,20	102,49	0,27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
2008		БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			730	24,22	21,76	80,29	616,79	21,35
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/13	26,60	13,60	33,00	376,36	0,00
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергии)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
Итого			473	34,60	20,42	73,12	633,76	9,09
Всего				74,78	60,11	214,57	1 726,14	32,72

Повар _____

Филина М.И.