

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ детский сад № 15  
\_\_\_\_\_/Валявская Н.Г./**МЕНЮ**

23 июня 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		
<b>Завтрак</b>								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,09	4,52	15,18	122,64	0,04
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,59	4,77	26,47	171,47	0,43
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,39	25,44	149,62	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,83	2,23	13,36	85,39	0,48
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
<b>Итого</b>			<b>360</b>	<b>13,51</b>	<b>11,52</b>	<b>55,01</b>	<b>379,50</b>	<b>0,95</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	79	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,64</b>	<b>70,64</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	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	3,89	3,86	4,73	69,06	0,90
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	11,71	3,08	1,68	80,88	0,29
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	13,13	8,82	0,00	133,35	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	155	0,87	4,03	2,79	51,35	0,67
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	155	0,59	4,50	0,97	46,76	0,10
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,01	0,00	20,14	80,52	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	22	1,47	0,20	9,44	45,43	0,00
2008		БАТОН	15	1,16	0,45	7,94	40,49	0,00
<b>Итого</b>			<b>602</b>	<b>19,43</b>	<b>11,66</b>	<b>47,40</b>	<b>372,93</b>	<b>3,86</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	9,93	12,78	14,64	213,57	0,98
2008	265	ПЛОВ (аллергики)	110	12,38	12,31	18,14	233,19	0,72
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	55	4,08	5,46	20,78	148,76	0,27
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,37	1,90	11,83	74,44	0,44
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,11	0,15	7,13	34,30	0,00
2008		ГРУША	71	0,28	0,21	7,33	33,45	3,56
<b>Итого</b>			<b>393</b>	<b>17,77</b>	<b>20,50</b>	<b>61,71</b>	<b>504,52</b>	<b>5,25</b>
<b>Всего</b>				<b>54,21</b>	<b>46,81</b>	<b>169,76</b>	<b>1 327,59</b>	<b>10,94</b>

Повар \_\_\_\_\_ Романюк Ю.А.

**МЕНЮ**

23 июня 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	55	6,77	6,36	17,37	155,00	0,05
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	7,08	7,52	33,83	231,63	0,51
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	180	2,64	5,26	30,53	179,54	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,98	2,36	12,79	84,96	0,50
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>16,83</b>	<b>16,24</b>	<b>63,99</b>	<b>471,59</b>	<b>1,06</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,69	0,88
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	80	0,32	0,32	7,89	37,82	8,05
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,50</b>	<b>3,13</b>	<b>5,64</b>	<b>70,69</b>	<b>0,88</b>
<b>Обед</b>								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,86	6,54	2,52
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	3,64	4,30	6,39	78,77	1,14
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	12,22	4,21	2,37	96,07	0,29
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	17,68	11,88	0,00	179,58	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	180	0,98	4,56	3,19	58,33	0,78
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	180	0,67	5,12	1,12	53,43	0,12
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	185	0,01	0,00	26,14	104,54	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	34	2,25	0,30	14,41	69,35	0,00
2008		БАТОН	46	3,42	1,32	23,46	119,59	0,00
<b>Итого</b>			<b>776</b>	<b>22,92</b>	<b>14,74</b>	<b>76,82</b>	<b>533,19</b>	<b>4,73</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	13,31	16,73	23,19	297,13	1,23
2008	265	ПЛОВ (аллергики)	150	17,37	17,27	25,45	327,24	1,01
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	70	6,14	5,82	32,48	206,90	0,22
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,84	2,28	11,77	79,62	0,53
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	17	1,11	0,15	7,13	34,30	0,00
2008		ГРУША	76	0,31	0,23	7,87	35,90	3,82
<b>Итого</b>			<b>473</b>	<b>23,71</b>	<b>25,21</b>	<b>82,44</b>	<b>653,85</b>	<b>5,80</b>
<b>Всего</b>				<b>66,96</b>	<b>59,32</b>	<b>228,89</b>	<b>1 729,32</b>	<b>12,47</b>