

Утверждаю

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

МЕНЮ

30 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		
Завтрак								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,35	5,02	19,76	142,11	0,39
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,39	25,44	149,62	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	165	2,54	2,01	11,06	72,95	0,43
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		БАТОН	25	1,88	0,75	12,83	65,24	0,00
Итого			360	11,25	10,02	43,79	310,95	0,82
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	79	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,65	6,43	4,87	80,03	3,10
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,58	1,97	19,16	112,96	2,76
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	60	9,94	11,18	6,66	167,08	1,87
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	60	9,02	9,15	4,70	139,67	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,78	4,13	11,36	89,47	4,80
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	110	5,47	5,44	24,72	169,38	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,43	0,13	17,38	74,27	0,23
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,20	8,51	41,00	0,00
Итого			540	18,72	24,04	67,94	564,81	12,76
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,24	0,06	0,54	3,90	1,50
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	7,61	1,85	4,44	64,67	0,18
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	60	9,02	9,15	4,70	139,67	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,57	4,78	17,00	121,63	7,94
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	130	2,71	4,91	18,48	129,21	8,98
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	16,50	64,50	0,00
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,49	40,70	0,00
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	70	0,30	0,30	6,90	32,90	7,00
Итого			460	12,77	7,24	61,67	362,60	16,62
Всего				47,09	45,05	179,40	1 317,86	31,25

Повар _____ Романюк Ю.А.

Утверждаю

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

МЕНЮ
30 июня 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								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200	6,18	6,90	28,82	202,73	0,52
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	200	2,93	5,85	33,92	199,50	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,77	2,18	12,70	82,12	0,47
к/к	к/к	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		БАТОН	25	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
Итого			425	13,31	12,05	54,51	381,00	0,99
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	80	0,32	0,32	7,89	37,82	8,05
Итого			180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,82	5,01	6,08	72,71	3,86
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,95	2,49	24,66	145,16	4,52
2008	280	РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ	70	9,30	10,90	7,31	164,50	2,16
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	70	10,22	10,36	5,32	158,20	0,00
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	130	2,09	3,81	13,04	94,58	5,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	7,20	5,90	33,00	248,00	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,50	0,16	24,18	102,41	0,27
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			700	22,90	23,50	103,41	719,15	16,48
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,10	0,90	6,50	2,50
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	70	8,93	2,46	5,24	78,67	0,21
2008	292	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ) (аллергики)	70	10,22	10,36	5,32	158,20	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,58	4,81	16,97	121,95	7,92
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	130	2,73	4,35	18,46	124,43	8,95
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,87	0,00	22,17	96,03	2,88
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	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	70	1,05	0,35	14,70	67,20	7,00
2008		ЯБЛОКО (аллергики)	70	0,30	0,30	6,90	32,90	7,00
Итого			555	17,78	8,92	86,45	502,84	20,51
Всего				59,21	48,97	251,57	1 698,39	39,24

Повар _____ Романюк Ю.А.