

Утверждаю

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

МЕНЮ  
25 августа 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                               | Выход  | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|--------------------------------------------------|--------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                  |        | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>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<br>(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                          |                     | ГРУША (аллергики)                                | 80     | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 150    | 4,35              | 3,75    | 6,00             | 79,50                                    | 1,05                  |
| Обед                          |                     |                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 43                  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                               | 40     | 0,08              | 6,31    | 0,18             | 57,85                                    | 0,72                  |
| 2008                          | 99                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ<br>И ГРЕНКАМИ         | 150/10 | 4,00              | 1,85    | 14,42            | 90,55                                    | 0,36                  |
| 2008                          | 280                 | РУЛЕТ С ЛУКОМ И ЯЙЦОМ                            | 60     | 9,94              | 11,18   | 6,66             | 167,08                                   | 1,87                  |
| 2008                          | 292                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ<br>(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<br>РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)        | 100    | 5,47              | 5,44    | 24,72            | 169,39                                   | 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    | 17,57             | 23,80   | 58,51            | 520,22                                   | 7,98                  |
| Полдник                       |                     |                                                  |        |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ                                   | 30     | 0,24              | 0,06    | 0,54             | 3,90                                     | 1,50                  |
| 2012                          | 263                 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ<br>ОТВАРНЫЕ                   | 60     | 7,61              | 1,85    | 4,44             | 64,67                                    | 0,18                  |
| 2008                          | 292                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ<br>(ПАРОВЫЕ) (аллергики) | 60     | 9,02              | 9,15    | 4,70             | 139,67                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 125                 | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С<br>МОРКОВЬЮ                  | 130    | 0,79              | 4,42    | 2,45             | 52,92                                    | 0,58                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(аллергики)                 | 130    | 2,73              | 4,92    | 18,64            | 129,95                                   | 9,06                  |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                     | 150    | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 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                          |                     | ГРУША (аллергики)                                | 81     | 0,30              | 0,20    | 8,20             | 37,60                                    | 4,00                  |
| Итого                         |                     |                                                  | 460    | 10,99             | 6,88    | 30,62            | 229,39                                   | 9,26                  |
| Всего                         |                     |                                                  |        | 44,16             | 44,45   | 138,92           | 1 140,06                                 | 19,11                 |

Повар \_\_\_\_\_ Филина М.И.

Утверждаю

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

МЕНЮ  
26 августа 2025 г.  
Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                              | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-----------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                 |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 10                  | САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА<br>КОНСЕРВИРОВАННОГО                 | 30       | 0,91              | 1,52    | 1,82             | 24,54                                    | 1,29                  |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                               | 120      | 12,26             | 15,90   | 2,22             | 201,27                                   | 0,18                  |
| 2008                          | 324                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ<br>(аллергики)                            | 150      | 2,20              | 4,40    | 25,50            | 150,00                                   | 0,00                  |
| 2014                          | 267                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                   | 175      | 2,65              | 2,17    | 10,55            | 72,96                                    | 0,49                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ (аллергики)                                                 | 180      | 0,19              | 0,00    | 0,41             | 2,41                                     | 0,04                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                                           | 25       | 1,80              | 0,70    | 12,34            | 62,88                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                 | 350      | 17,62             | 20,29   | 26,93            | 361,65                                   | 1,96                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ЙОГУРТ                                                          | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64             | 70,64                                    | 0,88                  |
| 2008                          |                     | ГРУША (аллергики)                                               | 80       | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                 | 125      | 3,50              | 3,13    | 5,64             | 70,64                                    | 0,88                  |
| Обед                          |                     |                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                   | 40       | 0,32              | 0,04    | 1,00             | 5,61                                     | 4,01                  |
| 2008                          | 88                  | ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 150/15/5 | 5,21              | 6,08    | 2,09             | 87,80                                    | 4,07                  |
| 2008                          | 83                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>ГОВЯДИНОЙ (аллергики)                 | 150/10   | 2,40              | 1,38    | 2,63             | 32,92                                    | 0,34                  |
| 2012                          | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                                                   | 55       | 8,81              | 10,19   | 1,80             | 134,11                                   | 0,36                  |
| 2008                          | 292                 | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ<br>(ПАРОВЫЕ) (аллергики)                | 55       | 8,35              | 8,47    | 4,35             | 129,27                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 338                 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ                                          | 120      | 2,26              | 3,31    | 8,07             | 71,56                                    | 1,10                  |
| 2008                          | 123                 | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ<br>(аллергики)                               | 120      | 0,03              | 4,01    | 0,04             | 36,28                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 405                 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК                                                 | 150      | 0,10              | 0,09    | 16,18            | 66,46                                    | 0,91                  |
| 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                                                           | 25       | 1,69              | 0,65    | 11,57            | 58,95                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                 | 580      | 19,71             | 20,54   | 49,19            | 465,28                                   | 10,45                 |
| Полдник                       |                     |                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 306                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                                 | 110      | 9,78              | 9,50    | 7,65             | 155,72                                   | 0,44                  |
| 2008                          | 479                 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                                             | 50       | 4,91              | 3,06    | 17,98            | 119,50                                   | 0,06                  |
| 2008                          | 401                 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА                                                 | 150      | 0,25              | 0,06    | 13,15            | 54,57                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                     | 15       | 0,98              | 0,15    | 6,37             | 30,53                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО                                                          | 70       | 0,26              | 0,26    | 6,86             | 33,09                                    | 7,04                  |
| Итого                         |                     |                                                                 | 395      | 16,18             | 13,03   | 52,01            | 393,41                                   | 7,54                  |
| Всего                         |                     |                                                                 |          | 57,01             | 56,99   | 133,77           | 1 290,98                                 | 20,83                 |

Повар \_\_\_\_\_ Филина М.И.

Утверждаю

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

МЕНЮ  
27 августа 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>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<br>(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                          |                     | ГРУША (аллергики)                                        | 80       | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| 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<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 4,18              | 5,36    | 5,15             | 88,88                                    | 2,17                  |
| 2008                          | 83                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>ГОВЯДИНОЙ (аллергики)          | 150/10   | 2,40              | 1,38    | 2,63             | 32,92                                    | 0,34                  |
| 2008                          | 228                 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                                     | 50       | 9,35              | 0,35    | 0,29             | 41,53                                    | 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      | 0,58              | 3,69    | 0,96             | 39,49                                    | 0,10                  |
| 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      | 16,92             | 18,78   | 18,27            | 378,15                                   | 10,48                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С<br>ДЖЕМОМ                         | 120/13   | 21,08             | 10,77   | 26,15            | 298,23                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 324                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ<br>(аллергики)                     | 150      | 2,20              | 4,40    | 25,50            | 150,00                                   | 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       | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 383      | 26,40             | 15,35   | 34,95            | 397,20                                   | 0,98                  |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 59,38             | 47,85   | 105,25           | 1 175,45                                 | 13,10                 |

Повар \_\_\_\_\_ Филина М.И.

Утверждаю

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

МЕНЮ  
28 августа 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                         | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                            |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2014                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                         | 30       | 1,92              | 4,74    | 13,00            | 102,36                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ                                          | 150      | 4,89              | 5,92    | 19,72            | 152,12                                   | 0,41                  |
| 2008                          | 324                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ<br>(аллергики)                                       | 150      | 2,20              | 4,40    | 25,50            | 150,00                                   | 0,00                  |
| 2014                          | 267                 | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                                              | 170      | 2,60              | 2,10    | 12,51            | 79,97                                    | 0,48                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ (аллергики)                                                            | 180      | 0,19              | 0,00    | 0,41             | 2,41                                     | 0,04                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 350      | 9,41              | 12,76   | 45,23            | 334,45                                   | 0,89                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 435                 | КЕФИР                                                                      | 150      | 4,35              | 3,75    | 6,00             | 79,50                                    | 1,05                  |
| 2008                          |                     | ГРУША (аллергики)                                                          | 80       | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 150      | 4,35              | 3,75    | 6,00             | 79,50                                    | 1,05                  |
| Обед                          |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                              | 30       | 0,24              | 0,03    | 0,75             | 4,23                                     | 3,02                  |
| 2008                          | 100                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 3,11              | 2,93    | 5,15             | 59,46                                    | 1,10                  |
| 2008                          | 92                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>ГОВЯДИНОЙ (аллергики)                                | 150/15   | 4,76              | 7,96    | 0,87             | 94,03                                    | 0,32                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                                | 60       | 12,85             | 6,94    | 1,09             | 132,59                                   | 9,25                  |
| 2012                          | 330                 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ                                                             | 130      | 1,98              | 3,93    | 6,41             | 69,69                                    | 1,83                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ<br>(аллергики)                                           | 130      | 0,57              | 4,48    | 0,93             | 46,35                                    | 0,10                  |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ                                                            | 150      | 0,00              | 0,00    | 11,00            | 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       | 1,59              | 0,21    | 10,17            | 48,95                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 556      | 19,77             | 14,04   | 34,57            | 379,42                                   | 15,20                 |
| Полдник                       |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 213                 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ                                                               | 40       | 4,96              | 4,49    | 0,27             | 61,29                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 252                 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)                                                  | 40       | 10,40             | 6,99    | 0,00             | 105,66                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 52                  | ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ                                                 | 40/30    | 5,35              | 6,29    | 1,23             | 83,43                                    | 1,91                  |
| 2008                          | 43                  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ<br>(аллергики)                                          | 70       | 0,10              | 4,86    | 0,24             | 45,14                                    | 0,96                  |
| 2008                          | 477                 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ                                                           | 50       | 4,82              | 1,98    | 28,06            | 149,17                                   | 0,10                  |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                                           | 150      | 0,11              | 0,01    | 11,05            | 46,74                                    | 1,92                  |
| 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                          |                     | БАНАН                                                                      | 70       | 1,06              | 0,35    | 14,78            | 67,58                                    | 7,04                  |
| 2008                          |                     | ГРУША (аллергики)                                                          | 70       | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 400      | 17,62             | 13,30   | 63,87            | 449,00                                   | 10,97                 |
| Всего                         |                     |                                                                            |          | 51,15             | 43,85   | 149,67           | 1 242,37                                 | 28,11                 |

Повар \_\_\_\_\_ Филина М.И.

Утверждаю

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

МЕНЮ  
29 августа 2025 г.  
Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                              | Выход     | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------------|-----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                 |           | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                 |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2014                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                              | 30        | 1,84              | 3,91    | 12,49            | 92,56                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ                             | 150       | 3,77              | 5,25    | 22,55            | 153,17                                   | 0,41                  |
| 2008                          | 324                 | КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ<br>(аллергики)              | 200       | 2,93              | 5,85    | 33,92            | 199,50                                   | 0,00                  |
| 2014                          | 272                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                 | 170       | 2,89              | 2,38    | 10,80            | 77,04                                    | 0,44                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ (аллергики)                                 | 180       | 0,19              | 0,00    | 0,41             | 2,41                                     | 0,04                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 350       | 8,50              | 11,54   | 45,84            | 322,77                                   | 0,85                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                 |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ЙОГУРТ                                          | 125       | 3,50              | 3,13    | 5,64             | 70,64                                    | 0,88                  |
| 2008                          |                     | ГРУША (аллергики)                               | 80        | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 125       | 3,50              | 3,13    | 5,64             | 70,64                                    | 0,88                  |
| Обед                          |                     |                                                 |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                                 | 30        | 0,42              | 1,97    | 2,43             | 29,05                                    | 1,14                  |
| 2008                          | 91                  | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С<br>ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ | 150/10/10 | 2,88              | 4,84    | 3,29             | 73,37                                    | 0,51                  |
| 2008                          | 92                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>ГОВЯДИНОЙ (аллергики)     | 150/15    | 4,76              | 7,96    | 0,87             | 94,03                                    | 0,32                  |
| 2012                          | 291                 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С<br>МЯСОМ               | 130       | 8,91              | 11,23   | 2,27             | 145,58                                   | 0,38                  |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ                                 | 150       | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ (аллергики)                                 | 180       | 0,19              | 0,00    | 0,41             | 2,41                                     | 0,04                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 20        | 1,34              | 0,20    | 8,49             | 40,90                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 500       | 13,55             | 18,24   | 16,48            | 288,90                                   | 2,03                  |
| Полдник                       |                     |                                                 |           |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                  | 30        | 0,33              | 0,06    | 1,15             | 7,25                                     | 7,55                  |
| 2012                          | 208                 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С<br>ЯЙЦОМ                 | 110       | 5,81              | 7,19    | 21,50            | 174,05                                   | 0,09                  |
| 2008                          | 323                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ<br>РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)       | 110       | 2,64              | 3,30    | 27,60            | 151,00                                   | 0,00                  |
| 2008                          | 439                 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ,<br>ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ       | 150       | 0,00              | 0,00    | 15,71            | 62,78                                    | 0,00                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ (аллергики)                                 | 180       | 0,19              | 0,00    | 0,41             | 2,41                                     | 0,04                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                     | 15        | 0,98              | 0,15    | 6,38             | 30,60                                    | 0,00                  |
| 2014                          | 249                 | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ                             | 50        | 6,36              | 4,01    | 21,90            | 149,42                                   | 0,03                  |
|                               |                     | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                 | 95        | 0,76              | 0,19    | 7,13             | 36,10                                    | 14,44                 |
| 2008                          |                     | ГРУША (аллергики)                               | 80        | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                 | 450       | 14,24             | 11,60   | 73,77            | 460,20                                   | 22,11                 |
| Всего                         |                     |                                                 |           | 39,79             | 44,51   | 141,73           | 1 142,51                                 | 25,87                 |

Повар \_\_\_\_\_ Филина М.И.