



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
Л.В.Лялина/

МЕНЮ

17 марта 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2 / 3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ						
2008	189 / 34	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00	1,80
2012	ТК№028 / 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	155	3,42	4,70	13,69	141,87	0,40
Итого			180	2,78	2,39	12,65	83,66	0,50
			365	7,60	9,19	42,14	293,53	2,70
II Завтрак								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	154	0,77	0,00	19,54	84,62	6,15
Итого			154	0,77	0,00	19,54	84,62	6,15
Обед								
2022	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ						
2012	81 / 41	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	38	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	263 / 49	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10	2,80
2008	338 / 69	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	60	6,34	11,98	5,84	119,79	0,20
2012	ТК№032 / 13	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	120	1,67	0,10	7,64	68,01	7,74
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	145	0,10	0,10	18,33	85,17	0,87
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
			553	13,21	16,20	61,91	473,97	13,21
Полдник								
2012	282 / 65	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,84	6,67	8,88	203,05	0,00
2012	322 / 54	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,27	3,84	15,29	105,25	7,06
2012	ТК№030 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,01	0,00	5,32	21,35	0,00
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Всего			365	13,22	11,13	43,59	399,95	7,06
				34,80	36,52	167,18	1 252,07	29,12

повар _____

Прудникова О.П.