

Утверждаю

Заведующий

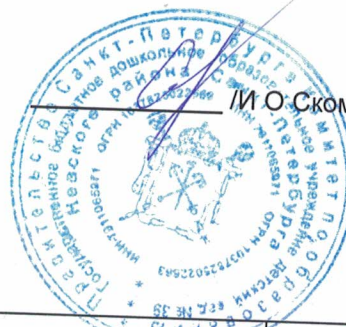
ГБДОУ № 39

И.О. Скоморохова А.Б./

МЕНЮ

13 августа 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	2 / 3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,27	2,80	15,64	91,86	4,06
2012	10 / 74	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	30	0,86	1,52	1,71	23,09	1,33
2008	214 / 36	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,28	13,96	1,93	99,50	0,17
2008	181	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	3,72	2,79	39,24	196,92	0,00
2008	ТК№27 0 / 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,78	2,39	12,65	83,66	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			340	15,19	20,67	31,93	298,11	6,06
II Завтрак								
2022	ТК№24	ГРУША СВЕЖАЯ	80	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Итого			80	0,32	0,27	8,22	37,37	1,59
Обед								
2022	ТК№26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67 / 39	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,46	3,83	1,42	52,14	0,91
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (аллергики)	150	0,15	1,43	0,82	16,73	0,34
2012	277 / 55	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	12,68	12,85	2,94	112,56	0,50
2008	181 / 76	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2008	430 / 7	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			590	22,32	21,62	45,39	403,30	3,11
Полдник								
2022	ТК№00 5 / 21	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
2012	298 / 59	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	7,81	9,06	7,96	146,39	0,77
2008	467 / 64	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,28	5,37	21,84	136,77	0,00
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	ТК№43 6 / 9	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
Итого			465	14,99	17,06	54,80	424,66	2,97
Всего				52,82	59,62	140,34	1 163,44	13,73

повар

Прудникова О.П.