



Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
Л.В.Лялина/

МЕНЮ

29 мая 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	1,30	2,88	17,65	100,33	2,13
2008	189 / 35	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
2012	ТК№028 / 5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,32	1,99	10,54	69,72	0,42
Итого			335	8,62	12,17	46,49	298,05	2,95
II Завтрак								
2022	ТК№25	БАНАН СВЕЖИЙ	94	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			94	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
2022	ТК№27	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	35	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57 / 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,37	12,11	8,60	163,93	6,38
2008	228 / 52	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	11,69	0,45	0,47	52,42	1,31
2012	354 / 70	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	1,02	1,22	15,10	0,00
2012	321 / 64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,57	3,96	16,93	115,83	8,12
2012	ТК№024 / 4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,03	0,00	4,40	18,42	0,63
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			586	21,67	18,17	48,52	451,20	17,24
Полдник								
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	31	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
2012	298 / 59	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	190	14,21	13,47	14,89	241,55	21,50
2012	ТК№036 / 13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2022	ТК№21	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	98	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			483	20,39	19,19	69,89	513,55	22,40
Всего				52,18	50,03	185,90	1 358,80	46,59

повар _____ Прудникова О.П.