

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Лялина Л.В/**МЕНЮ**
30 декабря 2025 г.**Ясли 12 часов**

Если 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	3 / 2	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,59	7,31	10,60	73,14	0,00	
2008	189 / 31	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,82	6,13	20,98	154,65	0,40	
2012	ТК№04 0 / 5	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,19	1,79	13,55	76,69	1,69	
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	150	0,16	0,00	11,17	45,27	0,03	
Итого			365	10,60	15,23	45,13	304,48	2,09	
II Завтрак									
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	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№28	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	48	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00	
2012	82 / 38	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,62	5,72	12,00	114,44	4,80	
2012	294 / 47	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	115	14,54	9,80	19,00	237,57	9,90	
2012	ТК№027 / 79	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76	
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	
2022	ТК№20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	
Итого			507	21,16	16,44	64,90	509,21	78,46	
Полдник									
2008	230 / 63	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,97	5,12	0,19	77,76	0,67	
2012	321 / 64	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,54	3,96	16,79	114,40	8,06	
2022	ТК№19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	28	1,58	2,06	15,62	87,57	0,00	
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20	
Итого			365	13,19	11,36	57,10	385,73	9,93	
Всего				45,72	43,03	186,67	1 284,04	96,63	

Шеф повар

Прудникова О.П.