

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №100-3
_____/Белюкова О.В./

МЕНЮ

10 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карт ы	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита - мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	150	3,59	4,90	21,79	146,13	
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,06	2,52	12,23	84,76	
Итого			330	9,89	11,52	41,02	292,89	
II Завтрак								
2008		ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	
Итого			100	0,80	0,20	7,50	38,00	
Обед								
	017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОН. ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	180	3,69	3,24	13,23	97,03	
2008	251	ПУДИНГ РЫБНЫЙ	50	7,61	3,14	3,93	74,69	
2008	134	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	110	2,42	7,99	18,16	154,74	
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,00	10,46	41,80	
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	
	004	БАТОН НАРЕЗНОЙ ИЗ ПШЕНИЧНОЙ МУКИ В/С ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	
Итого			580	17,62	15,34	69,91	489,96	
Полдник								
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,07	12,34	13,54	221,47	
	048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	7,69	33,03	
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	4,85	3,03	17,20	115,83	
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	
Итого			410	21,84	17,99	42,93	426,83	
Всего				50,15	45,05	161,36	1247,68	