

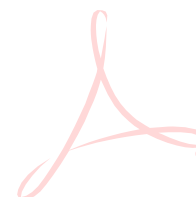
Утверждаю

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

МЕНЮ

20 июня 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	9,98	69,00	
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,68	5,91	20,24	133,61	
2008	430	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,50	2,02	15,53	90,84	
Итого			330	9,57	14,83	45,75	293,45	
II Завтрак								
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	0,73	0,15	14,70	62,57	
Итого			150	0,73	0,15	14,70	62,57	
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,64	2,32	1,20	36,48	
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ	180	3,71	4,12	6,81	79,23	
2008	283	ТЕФТЕЛИ (1-Й ВАРИАНТ)С СОУСОМ ТОМАТНЫМ	50/14	7,69	8,70	9,08	145,55	
2008	209	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	3,99	3,27	25,47	147,36	
	048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,12	0,12	7,69	33,03	
	004	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	
Итого			594	19,73	19,48	73,73	558,15	
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	100	18,93	12,90	24,36	292,73	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,49	4,77	9,09	101,70	
2008		ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	
Итого			400	27,42	20,13	69,33	573,83	
Всего				57,45	54,59	203,51	1488,00	