

Утверждаю

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

МЕНЮ

24 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	3,82	3,53	10,28	88,80	
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,34	4,90	21,63	147,70	
2008	130	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,50	2,02	15,53	90,84	
Итого			330	10,66	10,45	47,44	327,34	
II Завтрак								
2008		БИОКЕФИР	150	5,10	3,75	8,25	91,50	
Итого			150	5,10	3,75	8,25	91,50	
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,64	2,32	1,20	36,48	
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180	4,87	7,28	6,72	112,58	
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	50	11,38	6,17	1,69	111,90	
2012	166	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ	110	4,82	4,10	21,91	143,87	
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,49	0,20	21,55	99,38	
2008	К/К	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50	
	003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	
Итого			580	25,78	20,00	76,52	620,71	
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	100	18,59	12,61	23,91	287,01	
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,49	4,77	9,09	101,70	
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,96	14,88	83,40	
2008		ФРУКТ СЕЗОННЫЙ	100	0,40	0,40	9,80	47,00	
Итого			400	25,98	19,74	57,68	519,11	
Всего				67,52	53,94	189,89	1558,66	