

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ Детский сад №120

/Герасимова С.В./

**МЕНЮ**

4 июля 2025 г.

**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 155      | 3,80              | 6,10    | 20,90            | 154,10                                   | 0,40                  |
|                               | TKN№035             | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 33,60                                    | 0,96                  |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                        | 25       | 1,08              | 0,40    | 15,89            | 70,22                                    | 4,92                  |
| Итого                         |                     |                                           | 366      | 4,88              | 6,50    | 45,19            | 257,92                                   | 6,28                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 154      | 0,77              | 0,15    | 15,54            | 66,15                                    | 3,08                  |
| Итого                         |                     |                                           | 154      | 0,77              | 0,15    | 15,54            | 66,15                                    | 3,08                  |
| Обед                          |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                           | 45       | 0,64              | 2,43    | 3,39             | 38,63                                    | 0,11                  |
| 2012                          | 73                  | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ      | 150/10/5 | 4,30              | 5,60    | 9,80             | 97,40                                    | 4,00                  |
| 2012                          | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                             | 55       | 10,42             | 5,21    | 1,87             | 95,68                                    | 0,41                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ   | 110      | 2,82              | 2,38    | 13,67            | 85,87                                    | 0,00                  |
|                               | TKN№036             | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                     | 150      | 0,10              | 0,10    | 18,10            | 73,50                                    | 0,60                  |
|                               | TKN№016             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 23       | 1,70              | 0,20    | 10,70            | 51,70                                    | 0,00                  |
|                               | TKN№004             | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 13       | 1,10              | 0,50    | 7,70             | 39,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 561      | 21,08             | 16,42   | 65,23            | 482,08                                   | 5,12                  |
| Полдник                       |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | TKN№011             | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                             | 44       | 0,30              | 0,00    | 1,00             | 5,60                                     | 1,60                  |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                       | 115      | 13,25             | 12,49   | 12,78            | 136,27                                   | 6,53                  |
|                               | TKN№031             | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                          | 150      | 0,30              | 0,00    | 20,80            | 85,00                                    | 0,00                  |
|                               | TKN№003             | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 14       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                        | 45       | 3,42              | 6,39    | 22,31            | 147,56                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 368      | 18,27             | 19,00   | 63,29            | 405,43                                   | 8,13                  |
| Всего                         |                     |                                           |          | 45,00             | 42,07   | 189,25           | 1 211,58                                 | 22,61                 |

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ Детский сад №120

/Герасимова С.В./

**МЕНЮ**

4 июля 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                        | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|-------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                           |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                        | 35       | 1,32              | 0,49    | 18,19            | 81,06                                    | 5,33                  |
| 2008                          | 189                 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 205      | 5,10              | 6,80    | 27,90            | 232,00                                   | 0,50                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180/6    | 0,00              | 0,00    | 8,40             | 34,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 426      | 6,42              | 7,29    | 54,49            | 347,06                                   | 5,83                  |
| II Завтрак                    |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                              | 176      | 0,88              | 0,18    | 17,82            | 75,88                                    | 3,53                  |
| Итого                         |                     |                                           | 176      | 0,88              | 0,18    | 17,82            | 75,88                                    | 3,53                  |
| Обед                          |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 33                  | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ                           | 55       | 0,85              | 3,10    | 4,27             | 48,70                                    | 2,03                  |
| 2012                          | 73                  | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ      | 200/10/5 | 5,70              | 7,50    | 13,10            | 121,20                                   | 5,30                  |
| 2012                          | 310                 | СУФЛЕ КУРИНОЕ                             | 70       | 10,27             | 3,95    | 9,19             | 133,66                                   | 0,49                  |
| 2012                          | 205                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ<br>ОТВАРНЫЕ            | 125      | 3,55              | 3,02    | 17,22            | 108,14                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№047              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                     | 180      | 0,12              | 0,12    | 21,72            | 88,20                                    | 0,70                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 24       | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                         | 23       | 1,88              | 0,75    | 12,90            | 66,00                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 692      | 24,07             | 18,64   | 89,00            | 616,90                                   | 8,52                  |
| Полдник                       |                     |                                           |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№015              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                             | 44       | 0,30              | 0,00    | 1,00             | 5,60                                     | 1,60                  |
| 2012                          | 276                 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ                       | 140      | 16,56             | 15,61   | 15,99            | 204,69                                   | 8,14                  |
|                               | ТК№044              | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ                          | 180      | 0,36              | 0,00    | 25,00            | 102,00                                   | 0,30                  |
|                               | ТК<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ       | 28       | 2,04              | 0,24    | 12,72            | 61,20                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 464                 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ                        | 45       | 3,31              | 6,19    | 21,63            | 147,68                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                           | 437      | 22,57             | 22,04   | 76,34            | 521,17                                   | 10,04                 |
| Всего                         |                     |                                           |          | 53,94             | 48,15   | 237,65           | 1 561,01                                 | 27,92                 |