

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ Детский сад №120

/Герасимова С.В./

МЕНЮ

25 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,33	0,49	18,29	81,54	5,33
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	25	0,79	1,41	1,58	21,38	1,23
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	95	9,72	13,19	1,82	94,01	0,16
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			330	14,64	17,49	34,39	280,93	7,22
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	140	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			140	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	38	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,97	5,90	5,70	94,53	7,88
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,65	14,84	3,40	129,98	0,58
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,94	0,11	6,02	29,14	0,00
Итого			587	25,74	25,67	49,75	461,25	10,16
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	165	12,84	12,26	13,61	219,21	16,72
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	5,03	8,24	33,54	210,03	0,00
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,94	0,11	6,02	29,14	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			499	21,71	23,12	71,77	568,88	18,92
Всего				62,69	66,78	171,41	1 381,56	39,30

МЕНЮ

25 июня 2025 г.

Сад 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,33	0,49	18,40	81,96	5,41
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,46	2,62	2,91	39,29	2,13
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	115	12,01	16,38	2,26	116,22	0,16
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			375	17,60	21,89	36,27	321,47	8,20
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	139	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			139	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	47	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,37	3,92	6,20	68,24	8,48
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	8,83	10,96	14,45	190,90	0,97
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	0,94	0,11	6,02	29,14	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,14	0,52	8,01	40,87	0,00
Итого			748	20,00	21,41	77,18	609,75	11,65
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	195	15,09	12,89	16,06	244,25	19,74
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,60	0,19	9,96	47,94	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,14	0,52	8,01	40,87	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			515	20,75	16,11	55,43	454,36	22,34
Всего				58,95	59,91	184,38	1 456,08	45,19