

Утверждаю

# МЕНЮ

18 июня 2025 г.

Ясли 12 часов



ГБДОУ д/с 77

Ковалева С.А./

И. В. Ковалева С.Н.

| 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                                                              | 30       | 1,40              | 3,00    | 17,04            | 99,53                                    | 4,40                  |
|                               | 10                  | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО<br>КОНСЕРВИРОВАННОГО                                 | 35       | 1,00              | 1,56    | 2,11             | 26,42                                    | 3,31                  |
| 2008                          | 214                 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                                                               | 130      | 13,53             | 18,00   | 2,54             | 226,50                                   | 0,21                  |
|                               | ТК№02<br>8          | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                                                      | 180      | 3,23              | 2,52    | 14,14            | 92,89                                    | 0,54                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 375      | 19,16             | 25,08   | 35,83            | 445,34                                   | 8,46                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№00<br>2          | ГРУША СВЕЖАЯ                                                                    | 152      | 0,61              | 0,45    | 15,62            | 71,27                                    | 7,58                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 152      | 0,61              | 0,45    | 15,62            | 71,27                                    | 7,58                  |
| Обед                          |                     |                                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№01<br>1          | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                                   | 49       | 0,39              | 0,05    | 1,22             | 6,86                                     | 4,90                  |
| 2012                          | 67                  | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С<br>КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ,<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 2,56              | 4,62    | 14,80            | 114,32                                   | 13,41                 |
| 2012                          | 277                 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА                                                         | 60/50    | 0,75              | 2,88    | 4,37             | 46,76                                    | 1,02                  |
| 2008                          | 181                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ                                                      | 110      | 7,41              | 5,94    | 33,49            | 216,69                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ                                                                  | 150/10   | 0,05              | 0,03    | 7,93             | 30,88                                    | 0,13                  |
|                               | ТК№00<br>3          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                             | 18       | 1,19              | 0,16    | 7,63             | 36,71                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 612      | 12,35             | 13,68   | 69,44            | 452,22                                   | 19,46                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                 |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 298                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                                                 | 205      | 4,08              | 4,59    | 14,77            | 120,99                                   | 21,84                 |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                                                | 50       | 3,70              | 7,13    | 30,99            | 202,68                                   | 0,00                  |
|                               | ТК№03<br>7          | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                                                | 150      | 0,14              | 0,02    | 7,24             | 32,23                                    | 2,50                  |
|                               | ТК№00<br>3          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                                             | 18       | 1,19              | 0,16    | 7,63             | 36,71                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№00<br>5          | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ                                             | 100      | 2,80              | 2,50    | 4,51             | 56,51                                    | 0,70                  |
| Итого                         |                     |                                                                                 | 523      | 11,91             | 14,40   | 65,14            | 449,12                                   | 25,04                 |
| Всего                         |                     |                                                                                 |          | 44,03             | 53,61   | 186,03           | 1 417,95                                 | 60,54                 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428858

Владелец Ковалева Светлана Александровна

Действителен с 28.10.2024 по 28.10.2025