ГБДОУ д/с 77

Утверждаю

ГБДОУ д/с 77
/Ковалева С.А./

МЕНЮ

27 октября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,97	2,00	8,02	45,86	0,04
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,44
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,22	2,92	12,87	80,47	0,55
2024	49	МАНДАРИН	99	0,79	0,20	7,42	37,54	37,54
Итого			**419**	**7,78**	**10,82**	**48,10**	**298,77**	**38,57**
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	183	3,16	4,59	8,26	74,46	1,29
Итого			**183**	**3,16**	**4,59**	**8,26**	**74,46**	**1,29**
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,48	1,53	3,11	28,94	8,27
2024	53	БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	155/20/10	7,85	7,00	6,99	122,20	0,48
2024	63	ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	55	4,38	5,39	7,85	148,10	0,18
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	125	2,47	4,24	16,35	114,16	7,63
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,85	0,05	6,78	27,09	0,27
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,44	0,25	12,10	58,19	0,00
Итого			**574**	**17,47**	**18,46**	**53,18**	**498,68**	**16,83**
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	135	13,45	13,84	22,28	284,28	0,26
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,04	20,71	0,28
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ	160	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,39	0,62	11,01	56,07	0,00
Итого			**346**	**14,87**	**14,49**	**38,33**	**361,06**	**0,54**
Всего				**43,28**	**48,36**	**147,87**	**1 232,97**	**57,23**