



Утверждаю

Заведующий
ГБОУ детский сад №1
/Мартынюк А.В./

МЕНЮ

3 апреля 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,97	4,02	13,42	97,77	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130/3	4,35	5,20	17,77	135,72	0,36
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,43	2,71	12,56	89,05	0,58
Итого			343	9,75	11,93	43,75	322,54	0,94
II Завтрак								
		БАНАН СВЕЖИЙ	101	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			101	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,09	5,10	7,99	92,79	5,27
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	10,89	0,40	0,00	137,61	0,40
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,99	1,19	14,65	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,59	3,22	17,23	108,63	8,32
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,09	0,00	8,88	36,39	0,53
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
Итого			610	20,02	10,51	54,73	488,54	15,32
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	145	11,82	11,77	10,60	198,08	14,37
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,85	5,51	17,66	135,68	4,77
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	99	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			464	19,90	20,04	59,37	504,99	20,04
Всего				51,17	42,98	178,85	1 412,07	40,30