



Утверждаю

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

МЕНЮ

3 сентября 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	1,39	2,08	15,64	67,32	1,78
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,60	1,80	24,30	1,40
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	13,49	17,00	2,47	217,05	0,20
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,47	2,75	12,65	90,07	0,59
Итого			370	19,25	23,43	32,56	398,74	3,97
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Итого			100	0,40	0,34	10,39	47,24	2,01
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	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	3,09	5,20	5,69	84,99	8,08
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	13,38	13,63	3,52	190,23	0,67
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,09	0,02	6,03	23,64	0,11
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
Итого			595	23,99	23,79	51,55	519,69	10,46
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	11,96	11,70	10,85	199,11	15,16
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,24	6,16	30,67	194,93	0,08
2008	435	КЕФИР	116	3,36	2,90	4,64	61,44	0,81
Итого			481	20,66	20,89	66,66	540,48	17,95
Всего				64,30	68,45	161,16	1 506,15	34,39