

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №34
/Алексеева Л.В./

МЕНЮ
3 декабря 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	38	3,98	5,04	8,80	76,20	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	150	4,37	4,48	22,11	146,16	0,40
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,75	2,19	11,85	78,01	0,47
Итого			356	11,10	11,71	42,36	300,37	0,87
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	31	0,25	0,03	0,77	4,34	3,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	1,82	5,55	10,50	110,41	5,23
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,28	6,46	2,57	109,36	0,08
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	131	2,37	5,84	12,21	111,86	9,15
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	150	0,42	0,13	27,69	115,42	0,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	26	1,66	0,25	10,54	50,80	0,10
2008		БАТОН	21	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого:			584	18,30	18,86	74,58	554,59	17,78
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	128/13	22,78	11,64	28,26	322,33	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	181	5,34	4,61	8,85	99,52	0,99
2008		ЯБЛОКО	80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			402	28,42	16,55	44,91	459,45	8,99
Всего				61,32	50,25	167,49	1 385,05	28,52

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №34
/Алексеева Л.В./

МЕНЮ
3 декабря 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, кал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	42	2,30	5,95	15,59	125,32	0,00
2008		БАТОН (аллергии)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,27	5,39	26,75	176,27	0,48
k/k	k/k	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	2,42	5,00	15,79	117,69	0,00
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,27	2,57	12,28	86,04	0,55
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
Итого			422	10,84	13,91	54,62	387,63	1,03
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ЯБЛОКО (аллергии)	81	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	52	0,41	0,05	1,29	7,22	5,18
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	2,06	5,26	11,88	117,16	6,04
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	10,97	8,37	2,63	129,65	0,08
2012	242	РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергии)	67	8,56	5,18	0,60	83,05	0,25
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1ЭЙ ВАРИАНТ)	151	2,51	7,02	12,44	123,68	9,99
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,50	0,16	24,38	103,16	0,27
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
2008		БАТОН	31	2,34	0,90	16,02	81,68	0,00
Итого			735	20,79	22,06	81,34	623,75	21,54
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	158/13	28,20	14,42	34,98	398,94	0,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,92	5,43	23,79	156,00	12,04
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	201	5,93	5,10	9,81	110,30	1,10
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ПРЯНИК	35	2,08	1,66	26,47	129,18	0,00
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,61	8,00
Итого			487	36,53	21,50	79,10	676,03	9,10
Всего				71,66	60,60	220,70	1 758,05	32,55