

Утверждаю

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

## МЕНЮ

5 декабря 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	27	1,54	3,69	20,64	120,49	5,91
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,39	5,78	17,01	138,43	0,59
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,48	2,02	10,88	72,10	0,46
Итого			347	8,41	11,49	48,53	331,02	6,96
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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	41	0,57	2,86	3,36	41,41	1,57
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	1,77	5,64	10,37	112,62	3,99
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	63	11,70	9,69	6,07	158,49	0,53
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	122	1,88	2,34	8,36	69,58	4,15
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	157	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		БАТОН	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
Итого			593	19,10	21,48	49,54	488,40	10,24
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,24	0,03	0,74	4,16	2,97
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	109	2,19	11,23	10,18	188,49	5,30
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,00	5,89	23,56	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	8,50	40,80	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,91	2,49	18,94	106,15	0,00
2008		ГРУША	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			404	5,94	14,15	51,45	396,06	11,77
Всего				36,95	50,25	155,16	1 286,12	29,85

Утверждаю

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

## МЕНЮ

5 декабря 2025 г.

### Сад 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	42	1,87	3,43	24,14	133,06	2,75
2008		БАТОН (аллергии)	30	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,48	8,20	24,09	192,98	0,71
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,12	2,51	11,50	81,77	0,58
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
Итого			422	10,47	14,14	59,73	407,81	4,04
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2008		ГРУША (аллергии)	70	0,30	0,20	7,20	32,90	3,50
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	62	0,86	3,90	5,05	58,72	2,37
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	2,42	6,64	13,99	142,96	5,35
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	74	13,73	11,38	7,14	186,22	0,62
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	153	2,25	2,27	9,88	76,38	5,23
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	186	0,56	0,00	30,70	126,51	11,16
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	35	2,63	1,02	18,02	91,85	0,00
Итого			760	24,44	25,47	97,50	743,83	24,73
Полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,24	6,94	4,96
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	139	2,81	14,23	12,93	238,61	6,71
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	4,84	19,35	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,20	0,00	8,50	34,60	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,65	0,22	10,57	50,87	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,04	3,97	30,11	168,76	0,00
2008		ГРУША	75	0,30	0,22	7,72	35,23	3,75
Итого			509	8,20	18,69	67,41	519,76	15,42
Всего				46,61	61,43	230,28	1 742,04	45,07