

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ № 35 -2  
/Архипова Е.А./**МЕНЮ**  
15 мая 2025 г.**Ясли 12 часов**

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 2                   | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ                                       | 30       | 1,36              | 2,04    | 15,33            | 65,96                                    | 1,75                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ     | 155      | 4,72              | 6,78    | 19,42            | 158,08                                   | 0,38                  |
|                               | ТК№028              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                               | 150      | 2,29              | 1,79    | 9,38             | 63,37                                    | 0,38                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 335      | 8,37              | 10,61   | 44,13            | 287,41                                   | 2,51                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№006              | БАНАН СВЕЖИЙ                                             | 84       | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    | 4,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 84       | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    | 4,00                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | ТК№009              | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                          | 40       | 0,30              | 0,00    | 0,70             | 5,20                                     | 0,80                  |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 150/10/5 | 3,61              | 4,60    | 7,31             | 87,52                                    | 4,90                  |
| 2008                          | 228                 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                                     | 50       | 10,34             | 0,39    | 0,29             | 45,80                                    | 0,38                  |
| 2012                          | 354                 | СОУС СМЕТАННЫЙ                                           | 20       | 0,30              | 0,99    | 1,19             | 14,65                                    | 0,00                  |
| 2012                          | 321                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                        | 105      | 2,29              | 3,52    | 15,05            | 102,96                                   | 7,22                  |
|                               | ТК№024              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                            | 160      | 0,03              | 0,00    | 6,05             | 24,82                                    | 0,67                  |
|                               | ТК№007              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 19       | 1,30              | 0,13    | 8,50             | 41,00                                    | 0,00                  |
|                               | ТК№004              | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 15       | 1,10              | 0,50    | 7,70             | 39,30                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 574      | 19,27             | 10,13   | 46,79            | 361,25                                   | 13,97                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 298                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                          | 155      | 11,71             | 8,37    | 11,74            | 171,34                                   | 15,87                 |
|                               | ТК№036              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                                    | 150      | 0,10              | 0,10    | 18,10            | 73,50                                    | 0,60                  |
|                               | ТК№003              | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 14       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 451                 | ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ<br>И ЯЙЦОМ                    | 50       | 3,44              | 4,85    | 17,20            | 126,04                                   | 4,62                  |
|                               | ТК№005              | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ<br>УПАКОВКЕ                      | 90       | 2,52              | 2,25    | 4,06             | 50,86                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 459      | 18,77             | 15,69   | 57,50            | 452,74                                   | 21,09                 |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 47,91             | 36,93   | 169,42           | 1 197,40                                 | 41,57                 |

Повар

Голубева Ю.Ю.