

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №35
Архипова Е.А.



МЕНЮ

30 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-ти- ческая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во- ды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5.40	5.24	9.94	113.27	0.12
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3.80	6.10	20.90	154.00	0.40
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2.26	1.87	8.20	58.40	0.40
Итого			340	11.46	13.21	39.04	325.67	0.92
II Завтрак								
2008	442	СОК	150	0.00	0.00	16.50	66.00	0.00
Итого			150	0.00	0.00	16.50	66.00	0.00
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0.60	6.16	4.28	75.08	3.18
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4.23	3.73	10.42	92.11	4.16
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150	19.16	7.91	17.73	235.96	14.02
	ТК№031	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0.30	0.00	20.80	85.00	0.00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1.00	0.12	6.40	31.00	0.00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1.10	0.50	7.70	39.30	0.00
Итого			529	26.39	18.42	67.33	558.45	21.36
Полдник								
	К/К	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ	50	15.42	13.27	0.00	180.79	0.00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	95	2.10	3.25	13.58	92.13	6.54
	ТК№051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0.10	0.10	18.10	75.00	1.20
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1.00	0.12	6.40	31.00	0.00
Итого			359	22.99	18.22	65.71	519.02	7.86
Всего				60.84	49.85	188.58	1 469.14	30.14