

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №31
/Лобанова Е.С./

МЕНЮ
17 ноября 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	33	1,54	2,31	17,38	74,80	1,98
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	29	0,86	1,37	1,81	22,94	2,78
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	121	12,42	16,28	2,29	205,53	0,18
	ТК№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			363	17,62	22,36	34,18	387,27	5,44
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ,	150/10/5	4,63	6,46	5,81	102,63	7,52
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	56/50	18,04	17,49	2,62	239,65	0,33
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	0,03	7,31	28,56	0,13
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			596	29,86	28,88	49,64	581,04	8,78
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	182	15,71	15,73	12,43	257,59	16,96
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	62	3,94	6,78	31,43	202,15	0,00
	ТК№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			509	23,55	25,14	68,86	601,24	19,16
Всего				71,63	76,88	168,18	1 640,05	36,38

Ответственный _____ Филиппова Ю.В.