

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №31
_____/Лобанова Е.С./

МЕНЮ
18 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	32	3,59	7,31	10,60	73,14	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,60	2,20	9,16	67,43	0,48
Итого			367	9,99	15,61	40,66	294,57	0,88
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	155	0,80	0,20	14,80	65,00	3,60
Итого			155	0,80	0,20	14,80	65,00	3,60
Обед								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	39	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	150/10/1	4,28	4,01	12,36	102,81	4,29
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	172	16,74	18,36	19,01	233,28	15,98
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ	30	0,58	1,52	1,55	22,07	0,08
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			582	24,60	24,81	66,82	515,36	84,11
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	51	8,47	5,44	0,20	82,62	0,71
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	116	2,52	3,92	16,64	113,42	7,99
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	51	4,79	1,60	28,33	146,86	0,10
Итого			383	16,88	11,18	69,67	448,90	10,00
Всего				52,27	51,80	191,95	1 323,83	98,59

Ответственный _____ Филиппова Ю.В.