

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 22

/Л.Н.чаплинская/

МЕНЮ

12 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	3,14	6,70	5,20	94,33	0,58
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (аллергии)	150	0,00	4,85	0,00	43,60	0,00
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,49	2,14	4,65	48,43	0,46
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	150	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			360	7,13	9,42	20,13	195,16	1,04
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	132	0,53	0,44	13,64	62,04	2,64
Итого			132	0,53	0,44	13,64	62,04	2,64
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	70	1,03	3,93	2,05	62,42	0,17
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	2,62	3,64	0,46	45,16	0,34
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	145	7,12	10,42	4,15	139,01	0,50
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	1,32	1,19	17,90	0,01
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,31	0,07	8,84	37,74	0,00
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,96	0,24	12,79	62,14	0,00
Итого			580	13,33	19,62	29,48	364,37	1,02
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,55	0,09	1,73	10,92	4,55
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	125	5,99	9,58	23,16	202,84	0,10
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	120	4,35	5,47	26,54	172,80	0,00
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,04	0,00	0,28	1,99	0,66
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,18	0,14	7,58	36,72	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	6,49	3,92	17,54	132,13	0,03
Итого			402	14,25	13,73	50,29	384,60	5,34
Всего				35,24	43,21	113,54	1 006,17	10,04