

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ГБДОУ д\с №26

/СТЕПАНОВА Е.А./

МЕНЮ

25 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,92	4,17	13,07	97,62	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	5,14	5,81	21,12	157,94	0,42
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,89	2,21	13,93	87,72	0,47
Итого			350	9,95	12,19	48,12	343,28	0,89
II Завтрак								
2008		РЯЖЕНКА	150	4,08	3,52	5,91	75,93	1,12
Итого			150	4,08	3,52	5,91	75,93	1,12
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,30	0,06	1,05	6,64	6,92
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	2,33	2,00	6,25	52,42	4,42
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	9,74	5,64	1,74	107,46	7,29
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,64	3,49	12,00	90,90	10,87
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,00	0,00	11,00	64,50	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,59	0,21	10,17	48,95	0,00
Итого			556	16,60	11,40	42,21	370,87	29,50
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	40/30	4,48	6,08	2,36	82,53	2,55
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	3,63	1,65	20,57	111,56	0,10
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,09	0,01	12,98	54,02	1,59
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАНАН	70	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
Итого			400	15,54	12,76	59,44	417,77	11,28
Всего				46,17	39,87	155,68	1 207,85	42,79

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ
ГБДОУ д\с №26
/СТЕПАНОВА Е.А./**МЕНЮ**
25 июня 2025 г.**Сад 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,85	4,14	12,56	95,05	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,84	7,72	28,27	210,62	0,56
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,15	2,34	14,05	90,44	0,50
Итого			410	11,84	14,20	54,88	396,11	1,06
II Завтрак								
2008		РЯЖЕНКА	180	5,99	5,17	8,68	111,62	1,65
Итого			180	5,99	5,17	8,68	111,62	1,65
Обед								
к/к	к/к	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,62	0,11	2,14	13,54	14,11
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	3,62	3,11	10,12	83,12	6,64
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	15,71	9,11	2,81	173,71	11,93
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	3,22	4,31	14,70	111,57	13,31
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,93	0,00	23,59	102,14	7,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,44	0,32	15,59	75,03	0,00
2008		БАТОН	25	2,27	0,88	15,55	79,27	0,00
Итого			706	28,81	17,84	84,50	638,38	53,42
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	60/35	6,80	11,96	4,39	153,43	9,28
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,13	0,01	20,25	84,04	2,34
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	6,20	3,66	35,23	198,71	0,17
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,62	0,22	10,39	50,00	0,00
2008		БАНАН	80	1,39	0,46	19,40	88,69	9,24
Итого			485	21,10	20,80	89,93	636,16	21,03
Всего				67,74	58,01	237,99	1 782,27	77,16

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩИЙ

ГБДОУ д\с №26

/СТЕПАНОВА Е.А./

МЕНЮ

25 июня 2025 г.

Сад 12 часов (алерг.)

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	3,81	7,12	23,26	172,33	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,00	1,20	20,60	104,80	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	10,34	41,51	0,01
Итого			420	6,85	8,32	54,20	318,64	0,01
II Завтрак								
2008		ЯБЛОКО	80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Итого			80	0,30	0,30	7,80	37,60	8,00
Обед								
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ГОВЯДИНОЙ	200	3,93	4,84	8,00	91,43	4,04
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	150	2,52	6,16	12,67	116,61	13,08
		ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ КУСОЧКОМ	50	10,62	9,14	0,00	124,47	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	45	3,06	0,36	19,08	91,80	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Итого			625	21,09	20,74	57,55	502,31	18,56
Полдник								
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	20,71	22,45	14,17	341,45	7,16
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
	ТК №039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	80	1,20	0,40	16,79	76,73	7,99
Итого			520	26,36	27,05	92,83	723,05	16,05
Всего				54,60	56,41	212,38	1 581,60	42,62