

И.о.заведующего  
ГБДОУ д/с №63 Невского района  
/Ладода Л.В./

# МЕНЮ

4 апреля 2025 г.

## Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
			30.	3,91	3,02	10,06	83,52	0,08
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	180	2,51	2,15	10,56	72,23	0,46
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	360	9,02	7,67	39,12	283,75	1,14
<b>Итого</b>								
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	124	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			124	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,51	1,96	1,02	31,03	0,09
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,40	1,80	9,40	67,40	5,20
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	5,42	7,74	8,60	192,64	10,23
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,27	0,71	1,07	13,28	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,66	0,04	11,29	48,70	0,21
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
<b>Итого</b>			524	11,89	12,45	42,01	404,68	15,73
<b>Полдник</b>								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,16	6,63	22,87	190,08	0,10
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	40	4,93	2,86	17,52	116,03	0,03
<b>Итого</b>			380	10,76	9,72	55,79	378,11	6,03
<b>Всего</b>				32,27	30,34	152,42	1 137,04	25,90

Утверждаю

И.о.заведующего  
ГБДОУ д/с №63 Невского района  
/Ладода Л.В./**МЕНЮ**  
4 апреля 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,12	4,01	12,53	107,36	0,10
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	6,20	10,00	26,80	209,00	0,80
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (аллергики)	200	1,87	5,38	20,46	137,65	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>14,52</b>	<b>16,81</b>	<b>52,93</b>	<b>393,36</b>	<b>1,40</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	124	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
<b>Итого</b>			<b>124</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>3,00</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,58	3,24	3,40	45,02	1,59
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	3,91	3,99	10,12	92,17	5,06
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	175	17,62	18,95	22,79	332,36	10,28
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	45	0,89	1,78	2,67	33,23	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,80	0,05	13,61	58,69	0,25
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>708</b>	<b>27,38</b>	<b>28,96</b>	<b>76,09</b>	<b>678,47</b>	<b>17,18</b>
<b>Полдник</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,02	8,07	25,95	204,78	0,12
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	155	4,08	3,47	19,79	124,24	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,05	4,90	25,06	173,08	0,04
<b>Итого</b>			<b>448</b>	<b>14,79</b>	<b>13,07</b>	<b>61,43</b>	<b>425,86</b>	<b>6,26</b>
<b>Всего</b>				<b>57,29</b>	<b>59,34</b>	<b>205,95</b>	<b>1 568,19</b>	<b>27,84</b>