

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ д/с № 63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ**29 сентября 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,30	4,18	7,14	63,24	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	155	5,02	5,42	34,48	206,56	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			378	8,46	10,38	41,96	288,54	1,50
II Завтрак								
	ТК№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,80	5,90	8,40	105,80	3,30
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	155	6,31	9,51	17,17	202,92	1,16
	ТК№02 5	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	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			544	12,61	16,13	60,07	464,92	6,06
Полдник								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,55	4,75	2,48	90,59	0,30
2012	242	РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергики)	65	12,03	5,31	0,60	98,03	0,56
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2,25	3,80	15,13	104,18	6,98
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	115	1,85	5,19	14,39	112,01	7,00
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,40	4,38	29,83	146,84	0,00
Итого			396	13,20	13,05	60,84	400,61	8,08
Всего				34,87	40,16	177,67	1 220,37	21,64

МЕНЮ

29 сентября 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,30	4,18	7,14	63,24	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	155	4,46	6,96	29,58	198,69	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			428	10,62	12,48	50,66	361,64	1,60
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
	ТК №002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	148	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	47	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/10	4,15	7,82	5,71	109,88	5,62
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	190	19,20	17,76	32,16	195,84	1,34
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			684	27,90	26,38	88,54	581,58	6,44
Полдник								
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,94	4,70	19,11	131,61	8,82
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергии)	145	2,36	6,89	18,17	144,66	8,79
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	150	3,10	5,40	20,30	141,00	5,00
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,04	6,34	3,27	123,75	0,40
2012	242	РЫБА ОТВАРНАЯ (аллергии)	65	11,99	6,92	0,39	111,56	0,47
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	12,59	8,46	0,00	127,89	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,30	2,30	29,25	144,00	0,00
Итого			482	23,52	15,57	65,74	604,26	12,22
Всего				62,64	55,03	219,74	1 613,78	26,26