



Утверждаю

 Заведующий
 ГБДОУ д/с №63 Невского района
 /Бурцева Д.С./

МЕНЮ

24 ноября 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	3,14	3,98	6,79	60,14	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	4,40	5,34	27,63	176,11	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	10,46	12,28	50,31	358,54	1,60
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	138	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			138	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	46	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,42	4,04	7,15	78,55	3,04
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	19,80	18,32	33,17	201,96	1,39
2008	265	ПЛОВ (аллергии)	175	18,19	19,67	34,72	388,29	0,54
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			688	26,92	23,28	85,70	487,25	6,33
Полдник								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13,02	11,75	3,33	170,95	0,39
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	40	9,65	6,49	0,00	98,07	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	140	2,76	3,17	18,20	113,02	8,50
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергии)	140	2,26	5,26	17,32	126,11	8,35
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	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
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,34	2,56	16,09	104,89	0,05
Итого			473	27,36	19,71	51,73	593,76	11,94
Всего				65,34	55,87	202,54	1 505,85	25,87

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ д/с №63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ

24 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,14	3,98	6,79	60,14	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,04	6,20	26,30	189,30	0,40
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,22	5,17	25,94	159,07	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,02	1,10
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			378	8,30	10,18	41,61	285,46	1,50
II Завтрак								
	ТК№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	138	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	135	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			138	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	37	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	2,62	3,21	7,41	69,09	3,25
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/0/10	3,24	4,68	5,46	77,08	3,96
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,06	20,82	27,10	363,96	1,12
	ТК№02 5	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			545	22,18	24,75	69,01	589,25	5,97
Полдник								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,32	5,69	2,58	102,70	0,30
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	40	9,97	6,70	0,00	101,33	0,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	9,83	0,37	0,29	43,64	0,37
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	115	2,20	4,13	14,42	104,34	6,70
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	115	2,43	4,85	16,14	118,09	7,80
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергии)	110	1,77	5,17	13,67	108,75	6,61
	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	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,39	3,80	24,31	157,38	0,07
Итого			394	19,91	13,74	54,71	423,42	7,87
Всего				50,99	49,27	180,13	1 364,43	21,34