



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ д/с №63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ**21 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	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10	0,40
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	155	2,21	2,75	25,76	136,47	0,00
	TK№03 5	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,96
Итого			371	7,07	10,24	36,37	250,32	1,36
II Завтрак								
2008	442	СОК	150	0,73	0,15	14,70	62,57	1,20
	TK№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	132	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,73	0,15	14,70	62,57	1,20
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,62	2,37	3,30	37,60	0,10
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	2,48	4,00	7,02	76,90	3,55
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	150/10	3,38	4,72	6,85	83,63	3,58
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,24	5,12	1,84	94,00	0,40
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	12,57	12,68	0,16	164,86	0,59
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,17	2,67	15,35	96,43	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	115	2,24	2,88	18,27	108,07	9,24
	TK№03 6	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
	TK№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70	0,00
	TK№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			575	19,41	14,96	64,01	469,43	4,65
Полдник								
	TK№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	100	11,17	10,90	11,95	190,56	6,03
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии)	100	11,35	11,20	11,95	193,84	6,05
	TK№03 1	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,55	0,22	12,55	64,94	67,10
	TK№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,65	2,60	25,99	141,74	0,00
Итого			354	16,67	13,84	57,89	433,84	74,73
Всего				43,88	39,19	172,97	1 216,16	81,94

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ д/с №63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ**21 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,59	0,59	20,69	92,97	5,71
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	184	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	155	2,21	2,75	24,94	133,24	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			431	6,69	7,39	56,99	358,97	6,21
II Завтрак								
2008	442	СОК	180	0,90	0,18	18,20	77,47	3,60
	ТК№010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	132	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			180	0,90	0,18	18,20	77,47	3,60
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,82	2,99	4,12	46,97	1,96
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,64	5,45	9,28	103,85	4,74
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	3,68	3,95	9,04	86,89	4,72
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,50	4,04	9,39	136,65	0,51
2008	307	ПТИЦА ОТВАРНАЯ (аллергики)	50	12,71	12,82	0,11	166,46	0,58
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,31	2,15	27,54	146,95	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	145	5,51	3,08	35,34	191,20	0,00
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,10	0,07	7,79	32,52	0,50
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			715	22,95	15,65	81,62	583,94	7,71
Полдник								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	125	13,95	12,40	14,88	226,85	7,51
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	125	14,18	12,57	14,94	229,61	7,56
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,65	0,27	14,53	75,41	78,73
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,04	2,72	28,25	153,32	0,00
Итого			424	20,98	15,63	71,38	522,38	87,84
Всего				51,52	38,85	228,19	1 542,76	105,36