

Утверждаю

Заведующий

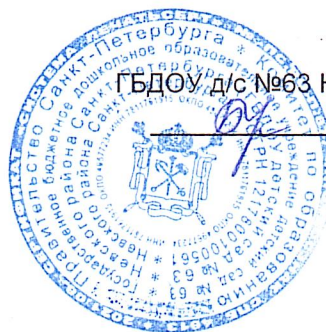
ГБДОУ д/с №63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ

1 октября 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,34	2,02	15,17	65,28	1,73
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,87	1,55	1,75	23,57	1,36
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	90	9,31	12,64	1,74	90,04	0,15
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,46	6,01	25,05	172,00	0,00
	TK№02 8	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
	TK№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			330	14,32	18,61	31,36	262,89	3,74
II Завтрак								
	TK№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	130	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			130	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	TK№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/5/1	1,76	4,30	9,50	87,06	10,00
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	45/50	12,29	12,82	3,32	177,71	0,53
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
	TK№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			573	21,23	22,06	53,85	503,37	12,23
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	10,14	11,62	7,89	177,45	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,82	6,93	29,64	195,89	0,00
	TK№03 7	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
	TK№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TK№00 5	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			435	17,86	21,18	62,53	514,84	17,40
Всего				54,01	62,35	163,24	1 351,60	36,37

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ д/с №63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ

1 октября 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	30	1,21	0,46	15,55	70,08	4,20
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,47	2,65	2,94	39,69	2,16
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	11,29	13,51	2,07	175,14	0,17
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	4,46	6,01	21,42	157,49	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			370	16,77	19,02	33,26	368,91	7,03
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	130	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			130	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,87	4,48	10,20	92,15	10,69
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200/5/1	1,74	3,87	10,08	82,71	10,75
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	65/70	13,26	14,47	4,53	201,48	0,73
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,42	2,72	33,66	188,50	0,00
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	130	7,42	6,79	33,65	225,10	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			741	25,17	22,29	71,99	593,03	13,62
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	135	11,68	13,46	9,14	205,07	17,52
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			455	17,40	16,67	48,84	416,67	20,12
Всего				59,94	58,48	169,59	1 449,11	43,77