

Утверждаю

Исполняющий обязанности заведующего
ГБДОУ д/с №63 Невского района
/Десницкая А.С./

МЕНЮ

17 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,03	3,13	10,15	85,49	0,08
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00	0,60
2008	324	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	150	2,43	3,58	28,83	157,17	0,00
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,59	2,22	10,01	71,00	0,48
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			360	9,22	7,85	38,66	284,49	1,16
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	122	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			122	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,57	2,19	1,14	34,68	0,10
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,71	3,48	8,39	79,77	4,23
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	150/15	3,79	5,79	8,36	100,72	4,22
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	125	10,32	10,97	21,51	225,88	9,69
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергии)	125	10,91	10,30	23,23	229,28	9,74
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,29	0,78	1,16	14,45	0,00
	ТК№03 1	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,77	0,05	11,96	51,97	0,24
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			526	17,29	17,67	54,79	458,38	14,26
Полдник								
	ТК№00 1	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ (аллергии)		0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,20	6,70	23,10	192,00	0,10
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	40	10,30	6,92	0,00	104,65	0,00
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллёргии)	105	2,04	3,64	16,61	107,48	8,40
	ТК№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	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	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,32	3,43	20,65	139,26	0,03
Итого			391	12,19	10,36	59,15	403,26	6,03
Всего				39,30	36,38	168,10	1 216,63	24,45

Утверждаю

Исполняющий обязанности заведующего
ГБДОУ д/с №63 Невского района
/Десницкая А.С./

МЕНЮ

17 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,21	4,08	12,74	109,27	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	2,08	3,65	22,54	131,33	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
Итого			420	14,61	16,88	53,14	395,27	1,40
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	122	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			122	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	45	0,67	2,29	3,91	38,81	1,83
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	3,64	3,41	9,32	82,72	4,84
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/20	4,49	4,66	9,26	97,05	4,82
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	165	16,97	17,57	23,30	318,98	9,72
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергики)	165	16,83	13,62	24,14	286,40	9,70
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,97	1,94	2,91	36,18	0,00
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,91	0,05	13,79	60,06	0,29
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	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			711	26,74	26,21	76,73	653,75	16,68
Полдник								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,08	7,54	26,44	202,24	0,13
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	40	10,02	6,74	0,00	101,84	0,00
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергики)	150	4,04	3,43	19,59	123,02	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 (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,54	5,28	29,39	199,90	0,04
Итого			458	16,34	12,92	66,25	450,14	6,27
Всего				58,29	56,51	211,62	1 569,66	27,35