

МЕНЮ
13 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	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	2,09	6,76	25,24	170,10	0,00
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			371	8,31	10,34	41,77	285,92	0,40
II Завтрак								
	ТК№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	146	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			146	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	2,57	3,08	7,67	68,63	3,55
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	150/0/10	3,03	5,26	5,75	82,50	4,54
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,27	21,51	25,46	364,38	1,18
	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	15	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			550	22,34	25,31	67,63	589,21	6,33
Полдник								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,55	5,40	2,28	95,83	0,28
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	35	9,27	6,23	0,00	94,18	0,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергии)	50	9,38	0,36	0,38	42,12	0,40
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,40	3,97	15,83	109,13	7,38
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	120	2,59	3,54	17,52	112,52	8,50
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергии)	125	1,97	3,59	15,12	101,04	7,30
	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	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,47	3,94	24,00	157,71	0,07
Итого			400	19,42	13,43	55,51	421,67	8,53
Всего				50,67	49,68	179,71	1 363,10	21,26

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ д/с №63 Невского района

/Бурцева Д.С./

МЕНЮ

13 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	155	4,14	5,32	26,09	168,66	0,00
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			421	10,47	12,44	50,47	359,02	0,50
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	146	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			146	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,30	3,96	7,56	79,24	3,36
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,20	18,69	33,84	206,04	1,41
2008	265	ПЛОВ (аллергики)	165	16,92	18,68	32,66	366,22	0,61
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	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			695	27,20	23,57	86,78	492,02	6,67
Полдник								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	75	12,22	12,09	3,25	170,56	0,36
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	35	9,03	6,07	0,00	91,78	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	155	2,98	3,24	19,96	121,52	9,37
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (аллергики)	155	2,47	5,29	18,97	133,99	9,15
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	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 (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,36	2,61	15,83	104,58	0,05
Итого			485	26,80	20,17	53,15	601,56	12,78
Всего				65,07	56,78	205,20	1 518,90	25,95