

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №12 Стачек 59/4

/Карташова Н.Н./

**МЕНЮ**

2 июля 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                         | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                            |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2014                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                                         | 30       | 1,76              | 4,61    | 12,25            | 97,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ                                                      | 130      | 4,66              | 5,04    | 22,49            | 154,32                                   | 0,32                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ<br>(аллергии)                                        | 180      | 3,31              | 0,38    | 24,40            | 114,12                                   | 0,00                  |
| 2012                          | 397                 | КАКАО С МОЛОКОМ                                                            | 150      | 2,98              | 2,45    | 12,09            | 83,36                                    | 0,46                  |
| к/к                           | к/к                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)                                                   | 155      | 0,19              | 0,00    | 10,09            | 41,11                                    | 0,04                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 310      | 9,40              | 12,10   | 46,83            | 335,48                                   | 0,78                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ЙОГУРТ                                                                     | 125      | 3,51              | 3,13    | 5,65             | 70,83                                    | 0,88                  |
| 2008                          |                     | ГРУША (аллергии)                                                           | 63       | 0,20              | 0,20    | 6,20             | 28,20                                    | 3,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 125      | 3,51              | 3,13    | 5,65             | 70,83                                    | 0,88                  |
| Обед                          |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          |                     | ПОМИДОР СВЕЖИЙ                                                             | 41       | 0,45              | 0,08    | 1,55             | 9,80                                     | 10,21                 |
| 2008                          | 100                 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С<br>МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И<br>ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/1 | 3,63              | 2,45    | 11,68            | 83,41                                    | 4,34                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                                                | 55       | 12,74             | 6,96    | 2,06             | 135,43                                   | 9,07                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С<br>МОРКОВЬЮ (аллергии)                                  | 80       | 15,78             | 3,24    | 2,85             | 122,69                                   | 12,93                 |
| 2012                          | 330                 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ                                                             | 105      | 2,33              | 3,75    | 13,47            | 97,44                                    | 6,83                  |
| 2012                          | 330                 | ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергии)                                                  | 125      | 2,44              | 0,33    | 12,76            | 64,62                                    | 11,16                 |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ                                                            | 150      | 0,75              | 0,00    | 16,50            | 64,50                                    | 5,98                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                | 21       | 1,34              | 0,20    | 8,51             | 41,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | БАТОН                                                                      | 20       | 1,50              | 0,58    | 10,28            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 553      | 22,74             | 14,02   | 64,05            | 483,98                                   | 36,43                 |
| Полдник                       |                     |                                                                            |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 306                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                                            | 120      | 10,67             | 11,39   | 7,63             | 176,38                                   | 14,54                 |
| 2008                          | 479                 | БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"                                                        | 50       | 4,48              | 2,61    | 18,43            | 115,57                                   | 0,05                  |
| 2008                          | 436                 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ                                                           | 150      | 0,11              | 0,01    | 11,85            | 50,04                                    | 1,98                  |
| 2008                          |                     | ХЛЕБ РЖАНОЙ                                                                | 21       | 1,30              | 0,20    | 8,50             | 40,80                                    | 0,00                  |
| 2008                          |                     | ГРУША                                                                      | 64       | 0,20              | 0,20    | 6,20             | 28,20                                    | 3,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                            | 405      | 16,76             | 14,41   | 52,61            | 410,99                                   | 19,57                 |
| Всего                         |                     |                                                                            |          | 52,41             | 43,66   | 169,14           | 1 301,28                                 | 57,66                 |