

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №70 Автоовская
Дихонова И.А./**МЕНЮ**

11 июля 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,87	3,63	12,72	91,07	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,76	5,04	22,45	150,79	0,41
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,05	2,48	11,29	80,56	0,44
Итого			350	8,68	11,15	46,46	322,42	0,85
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	127	3,56	3,18	5,74	71,92	0,89
Итого			127	3,56	3,18	5,74	71,92	0,89
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,45	1,80	2,62	28,35	1,23
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	3,74	5,12	10,14	106,98	4,21
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	11,26	11,67	21,58	236,48	10,08
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	164	1,80	0,33	35,51	151,69	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	8	1,34	0,20	8,49	40,90	0,00
Итого			502	18,59	19,12	78,34	564,40	15,52
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	31	0,34	0,06	1,16	7,34	7,65
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	110	5,53	7,14	21,48	172,41	0,10
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,04	7,78	33,70	1,22
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	6	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,16	5,34	22,62	167,45	0,03
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,09	42,96	59,94
Итого			457	15,01	12,93	67,51	454,46	68,94
Всего				45,84	46,38	198,05	1 413,20	86,20

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Автоовская
Лихонова И.А./

МЕНЮ

11 июля 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2,21	5,14	15,00	115,18	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,51	6,28	27,00	183,15	0,50
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,16	2,57	12,48	86,76	0,47
Итого			395	9,88	13,99	54,48	385,09	0,97
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	127	3,54	3,16	5,71	71,53	0,89
Итого			127	3,54	3,16	5,71	71,53	0,89
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	0,88	4,08	5,15	60,74	2,42
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	4,06	5,04	13,65	121,11	5,54
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,58	13,33	24,51	268,59	11,64
	TK№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	21,00	88,26	3,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	13	0,86	0,11	5,48	26,37	0,00
2008		БАТОН	35	2,63	1,02	18,05	92,02	0,00
Итого			663	26,55	25,61	87,84	657,09	22,60
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,10	1,89	11,92	12,41
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,48	9,08	29,17	228,61	0,13
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,05	5,88	26,78	1,54
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,59	6,37	30,25	213,22	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	7	0,44	0,06	2,79	13,43	0,00
2008		АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,11	43,08	60,11
Итого			557	18,09	15,86	78,09	537,04	74,23
Всего				58,06	58,62	226,12	1 650,75	98,69