

Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Новостроек

Дыхонова И.А./

MEHIO

12 сентября 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	1,84	3,71	12,49	90,75	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,73	5,12	22,07	149,85	0,41
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	170	2,99	2,44	11,48	80,56	0,44
Итого			350	8,56	11,27	46,04	321,16	0,85
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	161	4,68	4,03	6,45	85,46	1,13
Итого			161	4,68	4,03	6,45	85,46	1,13
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	30	0,42	2,46	2,47	33,62	1,16
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/10	3,69	4,69	9,92	102,10	4,13
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	130	11,38	12,28	21,37	241,61	10,05
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,34	0,20	8,49	40,90	0,00
Итого			500	17,58	19,78	57,40	482,73	18,34
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	30	0,33	0,06	1,13	7,13	7,42
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	110	5,57	6,71	21,47	168,63	0,09
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,10	0,04	8,02	34,67	1,24
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,53	6,57	21,66	176,06	0,03
		АПЕЛЬСИН	95	0,85	0,19	7,67	40,69	56,78
Итого			460	15,36	13,72	66,33	457,78	65,56
Всего				46,18	48,80	176,22	1 347,13	85,88

МЕНЮ

12 сентября 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	5,00	15,00	113,97	0,00
2008		БАТОН (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	180	4,52	6,09	27,25	182,60	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	180	1,68	5,09	22,61	142,90	0,00
2014	272	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,19	2,59	12,60	87,50	0,47
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			395	9,92	13,68	54,85	384,07	0,97
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	194	5,63	4,85	7,76	102,82	1,36
2008		АПЕЛЬСИН (аллергии)	70	0,60	0,10	5,70	30,10	42,00
Итого			194	5,63	4,85	7,76	102,82	1,36
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,82	4,16	4,86	60,09	2,28
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ПТИЦЕЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	4,03	5,07	13,46	120,59	5,46
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергии)	200/10/10	4,90	7,78	13,72	144,88	5,33
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,59	13,51	24,50	270,09	11,65
2013	210	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (аллергии)	165	14,04	14,82	23,88	284,93	10,50
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	21,00	88,26	3,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
Итого			675	27,60	26,05	94,53	691,92	22,39
Полдник								
2008		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,55	0,10	1,91	12,04	12,54
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,46	9,35	29,22	231,13	0,13
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	145	5,34	5,48	34,19	207,53	0,00
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,12	0,05	5,73	26,11	1,49
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	8,58	6,49	30,45	215,11	0,04
2008		БАТОН (аллергии)	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,99	0,13	6,36	30,59	0,00
		АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,10	42,99	59,99
Итого			565	18,60	16,32	81,77	557,97	74,19
Всего				61,75	60,90	238,91	1 736,78	98,91