

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ детский сад №70 Новостроек
Тихонова И.А./

МЕНЮ
2 декабря 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	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,89	1,49	1,78	24,06	1,27
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,29	15,94	2,22	201,65	0,18
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	175	2,65	2,16	10,68	73,36	0,49
2008		БАТОН	24	1,82	0,70	12,48	63,63	0,00
Итого			349	17,65	20,29	27,16	362,70	1,94
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Итого			150	4,35	3,75	6,00	79,50	1,05
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,54	3,96
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/15/5	5,58	6,51	4,99	104,73	5,54
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	55	8,84	10,40	1,64	135,63	0,36
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,73	3,03	12,03	86,82	7,83
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,10	0,09	16,24	66,74	0,90
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	23	1,71	0,66	11,75	59,89	0,00
Итого			578	20,60	20,91	56,12	500,14	18,59
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	110	9,78	9,15	7,64	152,56	13,29
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	5,36	3,44	18,20	125,69	0,05
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,25	0,06	12,82	53,28	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,37	30,53	0,00
2008		ЯБЛОКО	70	0,26	0,26	6,86	33,09	7,04
Итого			400	16,63	13,06	51,89	395,15	20,38
Всего				59,23	58,01	141,17	1 337,49	41,96

МЕНЮ

2 декабря 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	10	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	40	1,15	2,08	2,43	32,89	1,76
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	12,71	17,44	2,37	217,49	0,19
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,07	2,48	11,72	82,20	0,57
2008		БАТОН	31	2,32	0,90	15,87	80,91	0,00
Итого			401	19,25	22,90	32,39	413,49	2,52
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Итого			180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,24	6,97	4,98
2008	88	ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/15/10	4,49	5,45	7,38	102,12	7,41
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	80	10,43	11,17	2,90	153,89	0,44
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,40	5,60	14,76	123,98	9,81
2008	405	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,11	30,19	122,78	1,08
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			750	23,46	23,66	87,18	662,63	23,72
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	13,27	14,48	9,82	223,44	18,13
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	70	7,05	4,98	25,38	174,84	0,08
2008	401	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,30	0,07	18,31	75,58	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,15	6,38	30,60	0,00
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,59	8,00
Итого			495	21,92	20,00	67,73	542,05	26,21
Всего				69,85	71,06	194,50	1 713,57	53,71