

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Новостроек

Л.И. Михал Тихонова И.А./**МЕНЮ**

4 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,93	5,05	13,08	105,53	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	4,91	6,33	20,08	157,48	0,41
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,59	2,10	12,55	80,13	0,48
Итого			350	9,43	13,48	45,71	343,14	0,89
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	30	0,24	0,03	0,74	4,16	2,97
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,94	2,78	12,33	90,45	4,69
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	60	13,13	7,79	2,04	145,37	9,72
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	3,17	4,29	14,16	108,82	15,35
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	0,75	0,00	19,05	82,50	6,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	24	1,58	0,21	10,11	48,64	0,00
Итого			555	22,81	15,10	58,43	479,94	38,73
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	40/30	5,48	6,25	2,63	89,35	2,63
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,85	1,77	28,07	147,35	0,10
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,11	0,01	10,79	45,79	1,99
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАНАН	71	1,06	0,35	14,78	67,58	7,04
Итого			401	17,78	13,05	65,02	452,15	11,76
Всего				54,37	45,38	175,16	1 354,73	52,43

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №70 Новостроек
Л.И.Иванова Тихонова И.А./**МЕНЮ**

4 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,85	4,72	12,50	99,82	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	200	6,52	8,09	26,46	205,52	0,55
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,78	2,23	10,39	73,40	0,52
Итого			410	11,15	15,04	49,35	378,74	1,07
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	1,25	7,01	5,01
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	5,22	3,68	17,57	124,51	5,99
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	17,02	9,13	2,75	180,73	13,01
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	3,16	4,35	14,18	109,39	15,45
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	0,90	0,00	22,86	99,00	7,20
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	26	1,94	0,75	13,30	67,81	0,00
Итого			707	30,63	18,22	84,63	649,64	46,66
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,96	4,49	0,27	61,29	0,00
2008	52	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С СЕЛЬДЬЮ	60/35	6,80	10,14	3,94	134,90	7,46
2008	436	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,13	0,01	14,10	59,47	2,34
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	70	6,75	3,12	39,21	211,74	0,14
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАНАН	80	1,20	0,40	16,83	76,94	8,01
Итого			485	21,16	18,34	82,83	585,13	17,95
Всего				68,16	56,10	224,01	1 708,91	66,94