

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №70 Новостроек

Тихонова И.А./

МЕНЮ

8 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,14	3,96	9,97	92,82	0,03
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,90	4,70	22,27	151,48	0,42
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,76	2,18	12,09	79,66	0,47
Итого			350	11,80	10,84	44,33	323,96	0,92
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,51	3,13	5,65	70,86	0,88
Итого			125	3,51	3,13	5,65	70,86	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,32	0,04	0,68	5,20	2,00
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/15/5	4,66	4,38	8,49	92,06	3,15
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	10,85	3,10	1,40	76,65	0,03
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,58	4,48	17,05	119,28	7,95
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,79	0,05	24,46	102,00	0,25
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2008		БАТОН	10	0,75	0,29	5,14	26,20	0,00
Итого			570	21,27	12,52	65,70	462,18	13,38
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	9,94	12,69	14,73	213,16	0,96
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,99	6,20	17,43	141,52	5,05
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,31	1,86	10,59	68,93	0,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,02	0,14	6,52	31,38	0,00
2008		ГРУША	70	0,28	0,21	7,20	32,85	3,50
Итого			385	17,54	21,10	56,47	487,84	9,94
Всего				54,12	47,59	172,15	1 344,84	25,12

**МЕНЮ**

8 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,69	5,76	11,46	121,41	0,05
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	6,22	7,49	28,55	206,97	0,50
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,95	2,31	11,59	79,55	0,50
Итого			400	14,86	15,56	51,60	407,93	1,05
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,71	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,71	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2012	85/120	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,20	4,84	11,40	105,80	4,09
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70	11,34	4,30	2,11	92,33	0,04
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,97	5,00	19,58	135,85	9,16
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,92	0,05	31,59	131,25	0,29
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	29	1,95	0,26	12,49	60,08	0,00
2008		БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			720	24,03	15,37	93,44	610,41	16,08
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	130	13,30	16,83	23,03	297,21	1,17
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	65	5,26	5,84	26,98	181,51	6,48
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,77	2,23	10,44	73,55	0,52
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	0,98	0,13	6,30	30,32	0,00
2008		ГРУША	75	0,30	0,22	7,72	35,23	3,75
Итого			465	22,61	25,25	74,47	617,82	11,92
Всего				65,00	59,31	225,15	1 706,87	29,93