

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №69 Красносельского района  
Чепикова Э.А./



# МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                        | 30       | 3,83              | 3,52    | 10,51            | 89,69                                    | 0,07                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО<br>СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ                | 155      | 4,20              | 5,60    | 18,70            | 142,10                                   | 0,40                  |
|                               |                     | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                            | 180      | 3,20              | 1,80    | 13,60            | 77,00                                    | 1,70                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 365      | 11,23             | 10,92   | 42,81            | 308,79                                   | 2,17                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ                                          | 149      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 149      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               |                     | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                            | 43       | 0,30              | 0,00    | 1,00             | 5,60                                     | 1,60                  |
| 2012                          | 77                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 150/10/5 | 6,14              | 7,69    | 11,83            | 143,30                                   | 6,50                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                              | 54       | 12,22             | 5,34    | 4,91             | 117,81                                   | 8,94                  |
| 2012                          | 344                 | РАГУ ОВОЩНОЕ                                             | 149      | 2,76              | 6,67    | 19,18            | 153,04                                   | 8,02                  |
|                               | ТК№05<br>1          | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                   | 180      | 0,00              | 0,00    | 5,28             | 21,12                                    | 0,00                  |
|                               |                     | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 25       | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               |                     | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 20       | 1,50              | 0,60    | 10,30            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 636      | 24,62             | 20,50   | 63,10            | 544,27                                   | 25,06                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                     | 95       | 16,77             | 12,27   | 11,04            | 226,62                                   | 0,18                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                         | 151      | 4,40              | 3,00    | 7,30             | 74,20                                    | 0,80                  |
|                               |                     | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                          | 119      | 0,96              | 0,24    | 8,96             | 45,39                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                         | 52       | 3,99              | 7,86    | 29,57            | 204,65                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 417      | 26,12             | 23,37   | 56,87            | 550,86                                   | 0,98                  |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 61,97             | 54,79   | 162,78           | 1 403,92                                 | 28,21                 |

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №69 Красносельского района  
Чепикова Э.А./

# МЕНЮ

17 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ                                        | 30       | 3,85              | 3,54    | 10,51            | 89,99                                    | 0,07                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С<br>МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ                 | 205      | 6,00              | 8,00    | 27,00            | 203,00                                   | 0,50                  |
|                               | TKN№040             | ЧАЙ С МОЛОКОМ                                            | 180      | 3,20              | 2,80    | 13,60            | 77,00                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 415      | 13,05             | 14,34   | 51,11            | 369,99                                   | 1,07                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ                                          | 179      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 179      | 0,00              | 0,00    | 0,00             | 0,00                                     | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | TKN№015             | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                            | 54       | 0,38              | 0,00    | 1,30             | 7,00                                     | 2,00                  |
| 2012                          | 77                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 200/10/5 | 6,26              | 8,03    | 12,29            | 148,53                                   | 6,83                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ                              | 86       | 19,35             | 8,47    | 7,78             | 186,62                                   | 13,93                 |
| 2012                          | 344                 | РАГУ ОВОЩНОЕ                                             | 150      | 2,76              | 6,82    | 19,16            | 154,48                                   | 8,01                  |
|                               | TKN№05<br>1         | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК                                   | 180      | 0,00              | 0,00    | 5,28             | 21,12                                    | 0,00                  |
|                               | TK<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 29       | 2,04              | 0,24    | 12,72            | 61,20                                    | 0,00                  |
|                               | TK<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 26       | 1,88              | 0,75    | 12,88            | 65,90                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 740      | 32,67             | 24,31   | 71,41            | 644,85                                   | 30,77                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                                     | 118      | 20,92             | 15,10   | 13,62            | 279,77                                   | 0,23                  |
| 2008                          | 367                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)                                  | 50       | 0,96              | 2,46    | 6,24             | 51,06                                    | 0,13                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                         | 201      | 6,00              | 4,00    | 9,80             | 98,90                                    | 1,10                  |
|                               |                     | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                          | 119      | 0,95              | 0,24    | 8,95             | 45,35                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ                                         | 60       | 4,39              | 8,94    | 35,23            | 238,55                                   | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 548      | 33,22             | 30,74   | 73,84            | 713,63                                   | 1,46                  |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 78,94             | 69,39   | 196,36           | 1 728,47                                 | 33,30                 |