

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №69 Красносельского района

Чепикова Э.А./

МЕНЮ**18 сентября 2025 г.****Ясли 12 часов**

Сбор-ники к реце	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во-ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	51	2,35	3,53	26,54	114,24	3,02
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			386	10,15	13,23	57,54	326,24	3,92
II Завтрак								
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,34	0,04	1,06	5,96	4,26
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,98	10,05	7,47	138,93	3,21
2008	228	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	68	13,75	0,51	0,34	60,78	0,49
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,60	4,00	17,10	117,00	8,20
	ТК№03	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			609	23,44	16,24	50,47	446,77	17,06
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	169	11,76	13,25	7,93	200,05	0,88
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАНАН СВЕЖИЙ	123	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			457	14,36	13,97	53,43	400,55	5,48
Всего				51,45	46,57	167,07	1 244,19	26,84

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №69 Красносельского района
Чепикова Э.А./**МЕНЮ**
18 сентября 2025 г.**Сад 12 часов**

Сбор-ники к реце	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-во-ды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	51	2,35	3,53	26,54	114,24	3,02
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			386	10,15	13,23	57,54	326,24	3,92
II Завтрак								
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Итого			125	3,50	3,13	5,63	70,63	0,38
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	0,34	0,04	1,06	5,96	4,26
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,98	10,05	7,47	138,93	3,21
2008	228	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	68	13,75	0,51	0,34	60,78	0,49
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,60	4,00	17,10	117,00	8,20
	ТК№03	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			609	23,44	16,24	50,47	446,77	17,06
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	189	11,76	13,25	7,93	200,05	0,88
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50	0,60
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		БАНАН СВЕЖИЙ	123	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			457	14,36	13,97	53,43	400,55	5,48
Всего				51,45	46,57	167,07	1 244,19	26,84