

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩАЯ
ГБДОУ Детский сад №22
_____/НИКОЛАЕНКО Н.Е./

МЕНЮ
30 июня 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	4,03	3,84	9,97	91,23	0,03
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,90	4,56	22,43	150,86	0,42
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,74	2,17	11,90	78,81	0,47
Итого			350	11,67	10,57	44,30	320,90	0,92
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,73	0,88
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,73	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	4,46	4,03	8,47	87,94	3,16
2012	249	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	50	11,28	4,13	1,44	87,92	0,15
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,56	4,39	16,97	118,13	7,93
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,01	0,00	16,98	67,91	0,00
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	20,70	13,06	58,16	434,09	13,24
Уплотненный полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	100	9,92	12,47	14,77	211,21	0,91
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,64	5,33	17,55	133,03	0,19
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,32	1,86	10,16	67,13	0,43
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	15	1,00	0,13	6,43	30,92	0,00
2008		ГРУША	70	0,28	0,21	7,20	32,88	3,50
Итого			385	17,16	20,00	56,11	475,17	5,03
Всего				53,03	46,76	164,21	1 300,89	20,07

ШЕФ. ПОВАР _____ ШАХРАЙ О.А.