



Заведующий
ГБДОУ № 100
/Кузнецова Л.И./

МЕНЮ
26 июня 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,27	4,14	7,07	62,62	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	0,50
	TK№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			415	12,77	16,24	44,17	357,62	1,00
II Завтрак								
	TK№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,01	5,01
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,25	6,46	8,03	110,16	5,77
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,26	0,49	0,00	160,05	0,58
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,01	1,21	14,95	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,17	5,14	21,36	144,89	10,36
	TK№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			753	25,70	13,95	61,27	576,46	22,82
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,34	12,62	12,88	226,10	18,18
	TK№047	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,15	0,11	14,95	61,81	0,72
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	4,92	3,42	30,05	170,67	5,56
	TK№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			550	23,21	18,77	68,78	546,08	24,76
Всего				63,18	49,46	195,22	1 576,16	52,60

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 100
/Кузнецова Л.И./

МЕНЮ
26 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,58	2,37	17,85	76,84	2,03
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			370	9,38	12,07	48,85	288,84	2,93
II Завтрак								
	TKN№006	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	1,00	5,59	3,99
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,22	6,23	7,80	107,04	5,54
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	10,67	0,39	0,00	134,83	0,39
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,01	1,21	14,95	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,52	4,15	17,11	116,19	8,31
	TKN№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160	0,07	0,01	7,10	29,00	0,90
	TKN№007	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			600	20,50	12,46	50,42	487,90	19,13
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,49	13,41	12,17	226,70	17,20
	TKN№036	КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	150	0,13	0,09	11,62	48,17	0,60
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	50	3,58	5,05	17,38	129,33	5,06
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			485	21,00	21,17	52,07	491,70	23,16
Всего				52,38	46,20	172,34	1 364,44	49,22