

Утверждаю

Заведующий

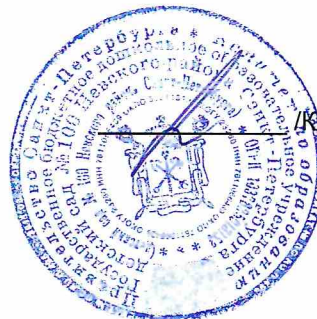
ГБДОУ № 100

Кузнецова Л.И./

МЕНЮ

20 октября 2025 г.

Ясли 12 часов



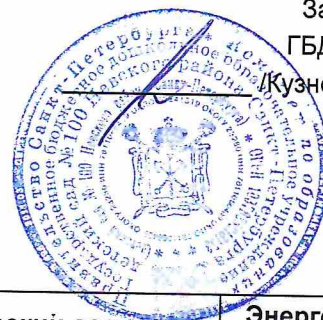
Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,47	2,21	16,59	71,40	1,89
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,53	6,81	27,04	192,14	0,40
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	9,80	11,42	56,33	347,54	2,79
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	148	0,74	0,15	14,93	68,00	2,96
Итого			148	0,74	0,15	14,93	68,00	2,96
Обед								
	TKN№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,61	3,73	19,35	129,60	2,79
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,40	12,10	5,90	121,00	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,71	4,56	11,84	99,88	7,83
	TKN№032	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,09	0,09	7,19	30,49	0,90
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			560	16,21	21,10	59,38	456,87	13,32
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,02	6,81	9,06	207,15	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,36	4,18	15,48	109,48	7,20
	TKN№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	TKN№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			365	13,48	11,61	45,64	414,93	8,00
Всего				40,23	44,28	176,28	1 287,34	27,07

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 100

Кузнецова Л.И./



МЕНЮ

20 октября 2025 г.

Сад 24 часа

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	30	1,46	2,18	16,43	70,72	1,87
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,11	7,40	34,67	234,17	0,51
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			415	11,37	11,98	63,80	388,89	2,88
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	161,00	3,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,76	16,58	8,14	166,14	0,21
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,84	0,10	8,50	75,20	8,50
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,63	1,05	18,10	92,40	0,00
	TKN№042	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,11	0,11	8,66	36,73	1,10
Итого			715	19,38	22,58	77,42	599,67	14,91
Полдник								
	TKN№018	ПЕЧЕНЬЕ	36	4,90	6,30	26,04	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,10	0,05	10,10	41,60	0,20
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			331	7,80	8,85	40,64	272,10	0,50
Ужин								
	TKN№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	99	0,01	0,00	0,03	9,00	10,01
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	12,50	12,60	10,20	99,30	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,90	2,50	19,60	81,00	9,20
	TKN№	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	6,20	2,70	4,70	101,00	3,40
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,32	36,80	0,00
Итого			565	24,81	18,60	55,45	378,10	22,61
Ужин 2								
2008	435	РЯЖЕНКА	162	3,20	1,80	7,60	72,00	0,90
Итого			162	3,20	1,80	7,60	72,00	0,90
Всего				67,46	63,99	263,09	1 793,56	45,40



Утверждаю
Заведующий
ГБДОУ № 100
Кузнецова Л.И./

МЕНЮ
20 октября 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,46	2,18	16,43	70,72	1,87
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,13	7,30	34,90	234,49	0,51
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			415	11,39	11,88	64,03	389,21	2,88
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
2008		ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	99	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
Итого			180	0,90	0,18	18,18	82,80	3,60
Обед								
	TKN№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,50	16,10	7,90	161,30	0,20
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,84	0,10	8,50	75,20	8,50
	TKN№042	НАПИТОК ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,11	0,11	8,41	35,69	1,08
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			700	18,03	21,76	69,61	543,19	14,88
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,50	12,60	10,20	104,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,90	2,50	19,60	99,30	9,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,13	3,13	29,20	161,20	0,00
	TKN№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			565	29,57	22,96	77,61	625,90	12,50
Всего				59,89	56,78	229,43	1 641,10	33,86