



МЕНЮ

6 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	1,36	2,04	15,33	65,96	1,75
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	130	7,33	3,85	33,23	196,64	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	11,36	12,74	63,03	376,36	2,75
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	177	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	100	0,40	0,33	10,33	47,00	2,00
Итого			177	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,03	2,88	21,52	132,23	2,87
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии)	250	2,49	2,43	20,06	112,33	10,15
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,10	4,03	6,19	105,06	0,24
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергии)	150	8,82	7,39	16,77	168,81	8,48
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,98	0,17	11,26	54,71	2,68
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,15	0,11	15,66	64,24	1,70
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			699	22,24	8,14	79,43	480,24	9,49
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	11,83	13,34	7,79	198,20	0,00
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	70	9,92	9,73	0,00	127,04	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,15	3,20	22,48	131,62	8,56
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергии)	130	2,15	3,25	17,53	108,21	8,87
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,98	2,60	28,27	152,14	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			565	29,00	23,87	77,15	743,36	11,86
Всего				63,56	44,99	237,41	1 677,96	25,54

Меню

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 4

МЕНЮ

6 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	1,29	0,48	15,48	70,40	3,88
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,42	4,70	13,70	142,00	0,40
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			365	7,51	7,58	41,88	296,40	4,78
II Завтрак								
2008	442	ПРОДУКЦИЯ СОКОВАЯ	137	0,66	0,14	13,41	61,06	0,00
Итого			137	0,66	0,14	13,41	61,06	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	39	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,68	2,65	20,21	123,55	2,60
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,32	2,76	4,65	76,59	0,18
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	2,91	4,57	14,51	111,28	2,57
	ТК№032	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,13	0,09	13,05	53,57	1,42
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			559	18,44	10,69	67,52	440,89	8,37
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕНАЯ (ГОВЯДИНА)	60	10,14	10,89	7,75	169,33	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,53	4,08	18,04	119,34	6,70
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
Итого			365	14,77	15,59	46,89	386,97	7,50
Всего				41,38	34,00	169,70	1 185,32	20,65