

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 77/2
Петрова Н.Г./**МЕНЮ**
22 октября 2025 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2024	42	ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ	129	6,43	13,98	5,16	172,92	1,21
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2024	48	АПЕЛЬСИН	101	0,91	0,20	8,16	43,30	60,42
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			407	8,19	14,35	30,54	274,68	61,63
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Итого			180	5,04	4,50	8,12	101,72	1,26
Обед								
2011	20	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	33	0,25	2,04	0,80	22,52	3,18
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73	0,00
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	63	5,94	2,86	24,39	126,20	0,00
2024	47	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	110	3,44	4,04	20,97	122,74	0,00
2024	31	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,38	0,09	13,18	51,56	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,73	0,73	12,88	65,63	0,00
Итого			561	15,33	13,46	87,58	509,97	3,18
Полдник								
2012	288/356	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	52/20	8,56	10,73	8,23	166,66	0,55
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	111	2,46	3,78	16,80	111,24	8,17
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	160	0,80	0,16	16,16	68,80	3,20
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ	43	1,38	2,56	20,27	103,88	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			401	13,89	17,36	67,82	481,17	11,92
Всего				42,45	49,67	194,06	1 367,54	77,99

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ

24 октября 2025 г.

Ясли 12 часов



Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	21	1,10	0,47	11,70	44,79	0,00
2024	45	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,50	5,84	22,30	143,04	0,00
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	27,87	0,00
2012	368	БАНАН	92	1,39	0,47	15,47	77,79	0,00
Итого			405	6,15	6,82	60,33	293,49	0,00
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	171	3,70	4,25	6,60	73,50	0,00
Итого			171	3,70	4,25	6,60	73,50	0,00
Обед								
2024	29	СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	20/20	2,18	3,60	1,69	53,51	0,00
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ	150/20	6,62	4,53	13,82	122,74	7,29
2012	282	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ	50	5,52	9,05	9,09	112,86	0,00
2012	333	КАБАЧКИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	84	0,92	1,63	5,15	39,26	4,65
2024	22	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	151	0,09	0,08	13,14	54,12	0,84
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,71	0,13	6,55	31,51	0,00
Итого			530	17,34	19,60	59,73	466,40	12,78
Полдник								
2024	58	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ	43	0,55	0,00	2,07	11,00	43,60
2024	55	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ	48	4,55	4,92	10,76	106,84	0,00
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	110	2,05	3,60	10,69	101,14	0,00
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	138	0,69	0,14	13,99	59,54	2,77
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	44	1,83	0,79	12,69	110,74	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,71	0,13	6,55	31,51	0,00
Итого			398	10,38	9,58	56,75	420,77	46,37
Всего				37,57	40,25	183,41	1 254,16	59,15

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.