

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ детский сад № 77/2
Петрова Н.Г./

МЕНЮ

13 января 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								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,95	5,04	13,23	106,23	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,89	6,39	21,85	164,95	0,41
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,15	0,01	7,12	30,49	1,29
Итого			365	6,99	11,44	42,20	301,67	1,70
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	111	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Итого			111	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,00	3,09	6,89	71,52	3,20
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,88	7,81	2,44	119,41	0,29
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,34	4,21	15,44	109,58	7,19
		НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,07	0,07	6,68	28,02	0,69
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
Итого			578	19,38	16,01	50,90	427,23	12,17
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	154	16,49	18,88	25,79	339,02	1,07
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/6	0,06	0,00	5,54	22,34	0,01
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	53	7,28	3,84	25,52	166,40	0,08
Итого			378	24,83	22,84	63,25	558,76	1,16
Всего				51,68	50,77	168,19	1 340,70	19,83

Мед. сестра



Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий
ГБОУ детский сад № 77/2
Петрова Н.Г./



МЕНЮ

14 января 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,81	3,48	10,69	90,06	0,07
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,14	7,02	15,99	144,26	0,41
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,59	2,16	8,96	66,26	0,48
Итого			365	10,54	12,66	35,64	300,58	0,96
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	149	0,74	0,14	15,04	64,02	2,98
Итого			149	0,74	0,14	15,04	64,02	2,98
Обед								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	35	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,54	8,94	10,57	136,71	4,54
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	137	13,41	14,70	15,22	186,82	12,80
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,46	0,18	11,43	57,81	54,80
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
Итого			521	20,60	24,75	57,47	484,44	76,14
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	44	8,37	5,21	1,43	86,04	0,58
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	102	2,14	3,67	14,52	99,90	7,05
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,11	0,11	8,98	37,95	1,07
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	48	4,65	0,96	27,24	135,96	0,10
Итого			358	16,27	10,07	58,57	390,85	8,80
Всего				48,15	47,62	166,72	1 239,89	88,88

Мед. сестра  Константинова Т.Ю.



МЕНЮ

15 января 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	29	1,34	2,02	15,17	65,28	1,73
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	28	0,87	0,06	1,83	11,30	3,21
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	111	8,71	14,46	2,39	174,63	0,22
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,65	2,92	13,77	96,72	0,62
Итого			348	14,57	19,46	33,16	347,93	5,78
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	99	0,48	0,40	12,40	56,40	2,40
Итого			99	0,48	0,40	12,40	56,40	2,40
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	37	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	3,85	6,13	5,24	93,81	7,28
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	47/50	14,07	14,20	3,08	196,23	0,62
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,33	4,98	24,11	162,31	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,11	0,03	6,37	25,00	0,12
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
Итого			588	24,99	25,50	48,31	524,18	9,62
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	155	11,51	11,46	10,34	193,34	15,92
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	45	3,28	6,05	26,06	171,62	0,00
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	8,65	36,88	1,71
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			464	18,69	20,14	55,95	489,34	17,93
Всего				58,73	65,50	149,82	1 417,85	35,73

Мед. сестра _____

Константинова Т.Ю.



МЕНЮ

16 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,92	5,00	12,98	104,62	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,82	6,27	23,30	165,48	0,41
		КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,65	3,02	11,03	87,05	0,57
Итого			365	9,39	14,29	47,31	357,15	0,98
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	148	0,74	0,15	15,01	63,92	2,98
Итого			148	0,74	0,15	15,01	63,92	2,98
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	36	0,56	6,23	4,31	75,69	3,38
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,77	6,10	6,63	98,78	4,07
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	57	7,58	4,47	4,74	89,75	0,25
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	113	1,34	1,42	5,79	45,71	4,02
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,08	0,00	5,65	22,89	0,02
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
Итого			571	16,42	19,09	47,99	436,72	11,74
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	127	23,12	14,97	19,23	310,62	0,24
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	145	4,30	3,71	7,11	79,97	0,79
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	94	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	29	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			395	32,42	24,28	56,19	570,19	16,23
Всего				58,97	57,81	166,50	1 427,98	31,93

Мед. сестра _____

Константинова Т.Ю.



Заведующий
ГБДОУ детский сад № 77/2
Петрова Н.Г./

МЕНЮ

17 января 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31	3,99	3,73	10,62	92,77	0,07
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,68	6,72	21,51	166,00	0,57
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,53	2,13	8,74	64,87	0,47
Итого			361	11,20	12,58	40,87	323,64	1,11
II Завтрак								
		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								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	41	0,55	3,10	3,24	43,05	1,52
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,62	3,08	10,50	88,36	5,22
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	12,37	12,65	25,23	264,30	11,93
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,31	0,80	1,31	16,06	0,01
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,82	0,05	13,57	58,68	0,26
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			552	20,30	19,88	64,48	522,08	18,94
Полдник								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	119	6,13	7,22	24,06	185,97	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,11	0,01	6,74	28,41	0,93
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	47	5,46	2,76	20,06	127,09	0,03
Итого			390	13,30	10,21	59,16	384,47	6,06
Всего				46,30	43,17	185,51	1 326,19	30,11

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.