

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

**МЕНЮ**

10 марта 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	31	1,99	5,06	13,45	107,37	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,06	6,42	22,72	169,53	0,42
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,14	0,01	7,09	30,23	1,16
Итого			366	7,19	11,49	43,26	307,13	1,58
II Завтрак								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	154	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Итого			154	0,48	0,48	11,84	53,04	4,80
Обед								
		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	36	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	153/10/10	5,49	4,24	9,59	98,34	4,45
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	76	13,40	9,81	2,89	153,11	0,39
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	153	3,00	5,33	19,73	139,73	9,19
		НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	8,73	36,75	0,96
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
Итого			639	25,08	20,31	60,39	526,63	15,79
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	165	17,04	21,22	25,14	359,55	1,27
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,08	0,00	5,00	20,26	0,02
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	65	8,89	4,30	28,88	190,59	0,10
Итого			404	27,01	25,64	65,42	601,40	1,39
Всего				59,76	57,92	180,91	1 488,20	23,56

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

/Петрова Н.Г./

МЕНЮ

11 марта 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	32	4,18	3,99	10,57	95,64	0,08
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,91	7,28	19,75	164,51	0,41
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,62	2,19	9,20	67,59	0,48
Итого			367	11,71	13,46	39,52	327,74	0,97
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Итого			150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
Обед								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60	4,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,21	2,80	12,28	91,26	4,67
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	163	15,81	17,34	17,95	220,34	15,10
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,60	0,25	14,50	74,15	73,33
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
Итого			554	23,81	21,32	64,98	488,85	97,10
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	9,69	5,95	1,51	98,08	0,63
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,31	3,89	15,67	107,16	7,61
		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,14	0,14	10,27	43,69	1,38
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,74	1,00	27,68	138,55	0,10
Итого			375	17,88	11,10	61,53	418,48	9,72
Всего				54,15	46,03	181,18	1 299,57	110,79

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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

МЕНЮ

12 марта 2025 г.

Если 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	31	1,44	2,16	16,27	70,01	1,85
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	29	0,90	0,06	1,88	11,62	3,34
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	111	8,64	15,20	2,41	181,30	0,22
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,71	2,95	14,44	99,99	0,63
Итого			351	14,69	20,37	35,00	362,92	6,04
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	130	0,48	0,40	12,40	56,40	2,40
Итого			130	0,48	0,40	12,40	56,40	2,40
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	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	4,20	7,00	5,81	105,40	8,46
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,11	15,25	3,22	210,39	0,66
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	6,09	5,60	27,50	184,42	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,12	0,03	7,07	27,77	0,14
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
Итого			595	27,15	28,04	53,11	574,81	10,86
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	171	13,55	13,34	12,22	226,10	17,23
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	46	3,18	6,54	25,98	175,40	0,00
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,11	0,01	9,62	41,08	1,93
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	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			482	20,64	22,51	58,72	530,08	19,46
Всего				62,96	71,32	159,23	1 524,21	38,76

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю

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



МЕНЮ

13 марта 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	32	1,97	5,11	13,34	107,37	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,62	6,35	20,94	155,95	0,41
		КАКАО С МОЛОКОМ	181	3,66	3,02	11,65	89,56	0,58
Итого			368	9,25	14,48	45,93	352,88	0,99
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	149	0,74	0,15	15,03	63,99	2,98
Итого			149	0,74	0,15	15,03	63,99	2,98
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	38	0,61	5,52	4,70	70,99	3,44
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,12	8,63	7,72	127,78	4,85
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	59	7,72	4,71	4,97	93,05	0,26
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,53	1,57	6,53	51,33	4,81
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,08	0,00	6,43	26,03	0,02
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,46	0,67	10,24	52,27	0,00
Итого			583	17,15	21,30	51,22	473,08	13,38
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	127	22,30	16,74	20,84	329,78	0,24
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	151	4,47	3,85	7,39	83,19	0,82
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	94	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
		ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	31	4,20	5,40	22,35	141,60	0,00
Итого			403	31,77	26,19	58,08	592,57	16,26
Всего				58,91	62,12	170,26	1 482,52	33,61

Мед. сестра

Handwritten signature

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ

14 марта 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	32	4,18	3,96	10,73	95,97	0,08
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,28	6,31	18,95	150,38	0,55
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,46	2,07	9,15	65,56	0,45
Итого			362	10,92	12,34	38,83	311,91	1,08
II Завтрак								
		БАНАН СВЕЖИЙ	97	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			97	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	42	0,56	4,04	3,29	51,64	1,54
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,57	3,03	10,51	87,75	5,23
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	149	12,09	12,27	25,39	260,50	11,90
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	19	0,29	0,65	1,33	14,33	0,00
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,83	0,05	13,65	59,05	0,26
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
Итого			553	19,97	20,24	64,80	524,90	18,93
Полдник								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	51	0,60	0,10	1,90	12,00	5,00
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	117	5,97	7,15	23,32	181,69	0,10
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,11	0,01	6,61	27,91	0,95
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	52	6,45	3,13	21,19	139,41	0,04
Итого			395	14,13	10,51	59,42	392,01	6,09
Всего				46,52	43,59	184,05	1 324,82	30,10

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.