

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ-детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ

17 марта 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	42	1,99	3,27	22,87	127,52	5,43
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,08	7,58	34,55	235,39	0,52
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,36	3,43	17,26	118,35	0,74
Итого			427	13,43	14,28	74,68	481,26	6,69
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,20	77,47	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,20	77,47	3,60
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,48	0,00	1,56	8,40	2,40
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,15	3,41	21,02	135,63	3,07
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	79	13,70	7,38	6,09	145,39	0,22
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,11	3,32	13,31	96,56	9,86
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	181	0,12	0,11	17,78	73,18	1,08
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	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			732	26,14	15,17	83,26	576,16	16,63
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	69	12,26	11,19	9,38	187,11	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,94	3,25	19,56	119,97	9,16
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	2,26	0,27	14,10	67,83	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,08	3,54	28,62	162,37	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			570	24,34	20,75	76,16	593,78	9,46
Всего				64,81	50,38	252,30	1 728,67	36,38

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



Заведующий

ГБОУ детский сад № 77/2

Петрова Н.Г./

МЕНЮ**18 марта 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,94	4,76	13,17	103,36	0,00
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,45	2,43	3,03	39,64	2,21
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	149	15,37	19,94	2,79	252,27	0,22
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,64	3,02	12,92	94,38	0,57
Итого			409	22,40	30,15	31,91	489,65	3,00
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	117	0,48	0,40	12,40	56,40	2,40
Итого			117	0,48	0,40	12,40	56,40	2,40
Обед								
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	59	0,50	5,72	4,20	71,12	1,50
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,50	6,66	11,40	126,06	4,51
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	68	11,18	16,40	10,09	232,71	0,47
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	148	2,38	5,54	15,44	120,58	6,53
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,44	0,10	20,87	86,87	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			721	22,58	35,37	85,50	754,34	13,01
Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	149	2,20	2,00	9,80	88,00	5,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	51	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,16	0,06	13,73	53,61	0,25
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			560	15,56	14,26	82,13	533,01	6,45
Всего				61,02	80,18	211,94	1 833,40	24,86

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.



МЕНЮ

19 марта 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	41	5,52	5,38	13,06	123,77	0,11
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,48	6,67	26,70	188,39	0,52
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,77	2,25	10,49	73,92	0,51
Итого			426	13,77	14,30	50,25	386,08	1,14
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,90	0,18	18,17	77,36	3,60
Итого			180	0,90	0,18	18,17	77,36	3,60
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	60	0,46	0,00	1,56	8,40	2,40
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	4,20	4,44	12,26	108,19	6,67
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	81	18,28	8,00	7,34	176,26	13,16
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	148	2,53	6,75	13,94	132,29	9,81
2008	406	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	179	0,98	0,06	25,25	106,23	0,31
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			739	30,37	20,24	85,95	658,47	32,35
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	165	29,98	18,10	25,73	394,39	0,33
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,96	2,49	6,62	53,02	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	202	5,96	5,14	9,86	110,95	1,10
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,49	8,19	35,72	234,30	0,00
Итого			577	42,19	34,12	85,43	830,66	16,76
Всего				87,23	68,84	239,80	1 952,57	53,85

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.



МЕНЮ

20 марта 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	45	2,01	4,94	24,12	147,35	6,11
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,27	8,23	25,29	200,98	0,53
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	4,34	3,41	16,84	116,34	0,73
Итого			430	12,62	16,58	66,25	464,67	7,37
II Завтрак								
	TKN№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Итого			100	1,50	0,50	21,00	96,00	4,02
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	61	0,46	0,00	1,08	7,80	1,20
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,26	5,98	8,33	106,41	5,85
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	15,79	0,60	0,46	70,13	0,59
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	19	0,29	0,97	1,16	14,36	0,00
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	5,11	21,33	144,48	10,35
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,14	0,01	8,70	36,62	1,14
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,50	0,00
Итого			768	27,68	13,62	64,54	496,30	19,13
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	177	14,09	12,33	12,67	221,15	17,65
	TKN№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,11	11,00	45,99	0,72
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,16	8,51	41,23	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	73	4,56	3,01	27,79	156,62	5,46
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			550	22,92	18,11	64,47	521,49	24,13
Всего				64,72	48,81	216,26	1 578,46	54,65

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.

Утверждаю



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

МЕНЮ

21 марта 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,87	4,84	12,68	101,81	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	4,85	6,87	27,64	192,46	0,56
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,16	0,00	5,90	24,18	0,03
Итого			421	6,88	11,71	46,22	318,45	0,59
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АССОРТИМЕНТЕ	180	0,89	0,17	18,13	77,20	3,59
Итого			180	0,89	0,17	18,13	77,20	3,59
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	59	0,81	3,42	4,75	52,87	2,23
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,51	6,76	11,20	126,12	4,52
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,72	12,41	2,46	164,30	0,43
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	162	5,90	2,38	37,74	196,06	0,00
	TK№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,11	10,97	45,88	0,72
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			736	25,66	26,03	90,62	702,23	7,90
Полдник								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,38	0,00	1,25	7,00	2,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,54	15,27	16,94	275,16	8,56
	TK№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	1,09	0,06	18,98	81,80	0,34
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	49	3,97	3,44	27,66	157,09	0,00
Итого			459	25,02	19,01	77,55	582,25	10,90
Всего				58,45	56,92	232,52	1 680,13	22,98

Мед. сестра

Константинова Т.Ю.