



Заведующий

ГБДОУ детский сад №142

Савенкова Т.М./

**МЕНЮ**

11 декабря 2025 г.

**Ясли 12 часов**

Сбор-ник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
	TKNо29	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
<b>Итого</b>			365	12,04	14,60	40,90	327,00	1,00
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого</b>			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,60	6,10	4,80	76,80	1,20
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	5,24	8,11	96,56	5,72
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,75	4,08	15,40	116,28	0,20
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	125	2,08	1,66	8,11	55,64	4,37
	TKNо30	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	TKNо16	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	TKNо04	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
<b>Итого</b>			585	17,26	17,78	61,75	464,21	12,29
<b>Полдник</b>								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,17	8,83	15,62	214,37	0,19
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,44	3,03	7,37	74,94	0,81
	TKNо52	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	TKNо08	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
<b>Итого</b>			370	25,21	15,66	45,39	421,71	16,20
<b>Всего</b>				54,51	48,04	148,04	1 212,92	29,49