



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №142

Савенкова Т.М./

МЕНЮ

15 апреля 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	30	1,50	0,58	10,28	52,40	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,00	0,40
	ТК№02 6	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	1,70
Итого			365	8,50	8,48	44,78	283,40	2,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			150	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№00 1	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	4,19	4,66	12,42	108,57	4,71
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	163	15,81	17,34	17,95	220,32	15,10
	ТК№027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30	59,76
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			546	23,00	22,92	64,27	486,09	83,57
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	53	8,72	5,60	0,21	85,05	0,74
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	113	2,45	3,81	16,17	110,21	7,77
	ТК№05 1	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00	1,20
	ТК№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	52	4,98	2,00	28,75	152,78	0,10
Итого			384	17,25	11,63	69,63	454,04	9,81
Всего				48,75	43,03	178,68	1 223,53	95,48