

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №103
Ирковкина Е.В./

МЕНЮ
6 ноября 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	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
	ТК№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
Итого			365	11,24	12,90	41,30	311,10	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
Итого			150	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,59	6,04	4,75	76,03	1,19
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,19	6,15	7,90	106,90	5,36
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,75	4,08	15,40	116,28	0,20
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,00	1,60	7,80	53,50	4,20
	ТК№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	ТК№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			582	17,26	18,57	61,18	471,64	11,75
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	18,23	9,37	16,58	227,63	0,21
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	ТК№00 8	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40	0,00
Итого			375	26,23	16,17	46,28	434,23	16,21
Всего				55,53	47,84	163,56	1 281,97	30,16