

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №103

/Морковкина Е.В./

МЕНЮ

11 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,56	7,25	10,51	72,49	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	4,20	5,60	18,70	142,10	0,40
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			365	10,96	15,65	42,81	291,59	0,90
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	141	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
Итого			141	0,80	0,20	14,80	65,00	1,20
Обед								
	ТК№01 1	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	36	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,50	3,30	11,90	96,10	6,40
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	45	10,09	4,41	4,05	97,30	7,39
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,40	6,90	13,40	125,00	3,80
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК№003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,69	0,22	10,83	52,12	0,00
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,92	0,74	13,14	66,96	0,00
Итого			634	20,90	15,57	62,72	477,08	19,19
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	95	16,63	8,55	15,12	207,59	0,19
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	143	4,18	2,85	6,94	70,49	0,76
	ТК№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	82	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,20	8,24	29,88	210,32	0,00
Итого			375	25,81	19,84	59,44	526,40	16,15
Всего				58,47	51,26	179,77	1 360,07	37,44