

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 64

Тимофеева Е.В./

МЕНЮ

16 октября 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 ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158,00	0,40
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии)	130	2,31	1,16	14,17	76,32	0,00
	TK№02 9	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	0,60
Итого			365	12,04	14,60	40,90	327,00	1,00
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								
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	4,19	6,17	8,01	107,05	4,33
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,68	4,04	15,25	115,14	0,20
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,80	1,57	9,17	62,96	4,21
	TK№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	TK№01 6	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	0,00
	TK№00 4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			580	17,00	18,58	62,56	480,88	10,74
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,70	9,10	16,10	221,00	0,20
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	100	1,93	0,00	16,38	73,25	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20	0,80
	TK№05 2	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	TK№00 8	ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			370	22,90	12,30	30,90	333,20	16,20
Всего				51,94	45,48	134,36	1 141,08	27,94

Отв. исполнитель Илларионова С.В.

Повар Чумакова Е.С.