ГБДОУ № 63

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 63
/Щербатых Е.А./

МЕНЮ

1 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,84	1,87	7,40	42,60	0,04
2024	27	КАША "ДРУЖБА"	130	3,05	5,79	21,32	163,81	0,51
2024	33	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,64	2,37	11,66	79,25	0,53
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,80	4,51	44,52	0,70
Итого			400	11,41	13,83	44,81	330,38	1,78
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	150	0,45	0,00	24,75	102,00	9,00
Итого			150	0,45	0,00	24,75	102,00	9,00
Обед								
2024	21	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ ПОРЦИОННЫЙ	40	0,32	0,04	0,88	5,20	2,00
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,09	5,26	7,80	97,78	4,01
2024	60	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	160	11,36	16,85	17,75	257,84	0,43
2024	52	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	100	0,77	0,05	18,45	77,85	0,24
2024	40	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,55	0,72	12,77	69,11	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	70	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
Итого			555	18,81	21,85	63,88	534,38	14,68
Всего				30,67	34,38	133,45	966,76	25,46

Медицинская сестра _____ Савина С.П.

ГБДОУ № 63

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 63
Щербатых Е.А.

МЕНЮ

1 сентября 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	2,85	3,57	16,38	89,69	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	5,23	7,46	22,43	177,43	2,68
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,89	3,06	11,20	85,37	0,59
2024	ТК№ 24	МИ-ДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,93	46,60	28,05
Итого			460	13,84	14,29	62,98	400,78	29,33
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,94	5,12	9,83	110,62	1,16
Итого			200	5,94	5,12	9,83	110,62	1,16
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,42	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	5,05	8,97	12,29	155,24	5,63
2012	288	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	11,06	11,00	9,13	182,23	0,06
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,91	3,71	36,09	189,94	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,00	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,32	0,19	8,46	40,78	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,56	0,00
Итого			695	21,93	23,37	91,36	638,84	8,33
Полдник								
2024	ТК № 27	ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	200	18,14	23,81	33,73	424,00	1,87
2009	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,66	0,22	10,62	50,58	0,00
2024	ТК № 29	БАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,46	8,83	13,68	162,06	0,04
Итого			460	27,16	33,04	76,39	715,34	5,51
Всего				68,54	75,82	239,56	1 955,48	54,27

Медицинская сестра _____ Савина С.П.