



Заведующий  
ГБДОУ № 81  
Захарова Т.Ю./

## МЕНЮ

6 марта 2025 г.

### Ясли 12 часов

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	25	2,9	2,4	9,5	71	0
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	4,8	6,7	22,9	172	0,6
		ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,5	2,1	9,4	68	0,4
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>10,2</b>	<b>11,2</b>	<b>41,8</b>	<b>311</b>	<b>1</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ГРУША СВЕЖАЯ	135	0,5	0,4	13,9	63	6,7
<b>Итого</b>			<b>135</b>	<b>0,5</b>	<b>0,4</b>	<b>13,9</b>	<b>63</b>	<b>6,7</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	35	0,5	2,3	3	35	1,4
2012	83	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,6	4,6	9,3	96	4,5
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	135	11,4	12,4	22,1	246	10,5
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,7	1,2	14	0
		КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,6		11,3	49	0,2
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,6	0,2	10,1	49	0
<b>Итого</b>			<b>529</b>	<b>19</b>	<b>20,2</b>	<b>57</b>	<b>489</b>	<b>16,6</b>
<b>Полдник</b>								
		ПОМИДОР СВЕЖИЙ	46	0,5	0,1	1,8	11	11,6
2012	208	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	125	6,3	8,6	25,7	204	0,1
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	160			4,8	20	0,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,2	30	0
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	55	6,7	4,3	21,2	149	0
<b>Итого</b>			<b>401</b>	<b>14,5</b>	<b>13,1</b>	<b>59,7</b>	<b>414</b>	<b>12,5</b>
<b>Всего</b>				<b>44,2</b>	<b>44,9</b>	<b>172,4</b>	<b>1277</b>	<b>36,8</b>

старшая медсестра

Рохмина И.Д.