

Утверждаю


 Заведующий  
 ГБДОУ № 81  
 Захарова Т. Ю.

# МЕНЮ

17 марта 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		
<b>Завтрак</b>								
		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,6	8,3	10,7	124	0
2012	1	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,6	6,6	27	191	0,4
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		6,1	26	1,1
<b>Итого</b>			<b>378</b>	<b>7,3</b>	<b>14,9</b>	<b>43,8</b>	<b>341</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	136	0,5	0,5	13,3	64	13,6
<b>Итого</b>			<b>136</b>	<b>0,5</b>	<b>0,5</b>	<b>13,3</b>	<b>64</b>	<b>13,6</b>
<b>Обед</b>								
		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	42	0,3		0,7	6	2,1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,4	4,8	8,2	94	3,6
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	65	10,9	5,7	2,7	106	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	125	2,4	3,9	15,9	110	7,5
		НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	6,7	29	0,7
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,2	30	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,2	0,5	8,2	42	0
<b>Итого</b>			<b>583</b>	<b>20,3</b>	<b>15,1</b>	<b>48,6</b>	<b>417</b>	<b>14,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	17,1	19,8	26,3	352	1,3
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			5,2	21	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,2	30	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,9	4,4	26,4	173	0
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>25</b>	<b>24,3</b>	<b>64,1</b>	<b>576</b>	<b>1,3</b>
<b>Всего</b>				<b>53,1</b>	<b>54,8</b>	<b>169,8</b>	<b>1398</b>	<b>30,6</b>

старшая медсестра

Рохмина И.Д.