

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ № 81  
(Захарова Т. Ю.)**МЕНЮ**  
31 марта 2025 г.**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамины С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,4	8,3	10	121	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,7	6,6	27,9	195	0,4
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		6,1	26	1,1
<b>Итого</b>			<b>378</b>	<b>7,2</b>	<b>14,9</b>	<b>44</b>	<b>342</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 СОЛЕННЫЙ	36	0,3		0,6	5	1,8
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	4,4	4,8	8,2	94	3,7
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	65	10,9	5,7	2,7	106	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	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	13	0,9	0,1	5,7	27	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,4	7,5	38	0
<b>Итого</b>			<b>569</b>	<b>20,1</b>	<b>15</b>	<b>47,3</b>	<b>409</b>	<b>14</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	165	17,2	19,9	27,8	358	1,2
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			5,2	21	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	13	0,9	0,1	5,7	27	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,9	4,4	26,4	173	0
<b>Итого</b>			<b>383</b>	<b>25</b>	<b>24,4</b>	<b>65,1</b>	<b>579</b>	<b>1,2</b>
<b>Всего</b>				<b>52,8</b>	<b>54,8</b>	<b>169,7</b>	<b>1394</b>	<b>30,3</b>

старшая медсестра

Рохмина И.Д.