

Утверждаю

Заведующий
МБДОУ Детский сад № 85 " Гнёздышко"
/Власенкова Светлана Александровна/

МЕНЮ

21 мая 2025 г.

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г	
Ясли 12 часов							
<i>Завтрак</i>							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	155	3,20	4,70	11,30	100,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	160	2,40	2,50	4,50	51,00
2008		БАТОН	25	2,00	0,30	12,30	60,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	9	2,00	2,50	0,00	31,00
<i>II Завтрак</i>							
2008		ЯБЛОКО	110	0,40	0,40	10,80	52,00
<i>Обед</i>							
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	30	0,80	3,40	1,90	41,00
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	3,10	3,60	4,40	62,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	11,00	10,00	14,80	193,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,10	0,10	1,90	9,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,10	0,40	12,30	62,00
<i>Полдник</i>							
2008	435	КЕФИР	193	5,60	4,80	7,70	102,00
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	40	5,30	3,00	33,10	181,00
2008		ГРУША	67	0,30	0,20	6,90	32,00
<i>Ужин</i>							
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,70	1,70	1,80	25,00
2012	154	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ	135	17,10	15,10	8,80	246,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	20	0,50	1,80	1,60	30,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,20	4,70	6,80	87,00
2008		БАТОН	25	2,00	0,30	12,30	60,00
Итого				62,80	59,50	153,20	1 424,00
Сад 12 часов							
<i>Завтрак</i>							
2008	184	КАША ОВСЯНАЯ ВЯЗКАЯ	155	4,80	6,00	15,50	136,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,60	3,70	6,70	76,00
2008		БАТОН	35	2,80	0,40	17,00	83,00
2012		СЫР (ПОРЦИЯМИ)	15	3,40	4,30	0,00	53,00
<i>II Завтрак</i>							
2008		ЯБЛОКО	110	0,40	0,40	10,80	52,00
<i>Обед</i>							
2012	31	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ	40	1,10	4,50	2,60	55,00
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180	4,40	4,20	5,30	77,00
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	12,30	11,10	17,70	220,00
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,10	0,10	2,30	11,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	36	2,40	0,40	14,40	72,00
<i>Полдник</i>							
2008	435	КЕФИР	208	6,00	5,20	8,30	110,00
2012	473	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50	6,70	3,90	43,00	234,00
2008		ГРУША	71	0,30	0,20	7,40	34,00
<i>Ужин</i>							
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	1,10	1,70	2,80	31,00
2012	154	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ	200	28,90	24,30	15,20	406,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	30	0,70	2,60	2,20	43,00
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,60	6,20	9,10	117,00
2008		БАТОН	35	2,80	0,40	17,00	83,00
Итого				87,40	79,60	197,30	1 893,00