

Утверждаю

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

МЕНЮ
5 июня 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							
Завтрак							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	20	0,20	0,00	1,30	7,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	135	0,60	4,60	1,00	48,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,50	3,80	5,70	72,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,50	1,90	14,60	81,00
II Завтрак							
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	101	0,50	0,10	9,90	42,00
Обед							
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,00	2,60	7,40	57,00
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ СВИНИНЫ И РИСОМ	160	12,60	18,40	12,70	268,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	40	0,70	1,50	3,30	34,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЯГОД СУШЕНЫХ	150	0,20	0,00	4,40	19,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,00	0,40	12,10	61,00
Полдник							
2008	435	КЕФИР	189	5,50	4,70	7,60	100,00
2008		ЯБЛОКО	110	0,40	0,40	10,80	52,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	8,00	7,20	30,90	221,00
Ужин							
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	110	10,70	3,70	1,50	82,00
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	100	1,80	2,40	14,30	85,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	160/5	0,10	0,00	0,20	1,00
2008		БАТОН	19	1,60	0,20	9,50	46,00
2008	1/4	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,30	0,20	7,90	40,00
Итого				52,20	52,10	155,10	1 316,00
Сад 12 часов							
Завтрак							
2012	41	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,40	0,00	1,90	10,00
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	0,80	5,60	1,20	58,00
2012	394	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,90	4,20	6,40	80,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	34	2,50	3,20	24,80	138,00
II Завтрак							
2012	399	СОК ФРУКТОВЫЙ	96	0,50	0,10	9,40	40,00
Обед							
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180	1,70	3,10	12,20	83,00
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С МЯСОМ СВИНИНЫ И РИСОМ	190	16,60	22,50	22,30	360,00
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ №354	50	1,00	1,90	4,90	46,00
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ И ЯГОД СУШЕНЫХ	180	0,20	0,00	5,40	23,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,30	0,40	14,00	70,00
Полдник							
2008	435	КЕФИР	204	5,90	5,10	8,10	108,00
2008		ЯБЛОКО	110	0,40	0,40	10,80	52,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	11,40	8,90	35,60	269,00
Ужин							
2012	247	РЫБА, ТУШЕННАЯ С ОВОЩАМИ	110	13,40	3,50	1,50	91,00
2012	125	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,30	2,80	18,50	109,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	160/7	0,10	0,00	0,20	1,00
2008		БАТОН	34	2,70	0,30	16,80	81,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	31	2,00	0,40	12,10	61,00
Итого				68,10	62,40	206,10	1 680,00