

Утверждаю

ГБДОУ детский сад №39 Красносельского района
Заведующая /
Лебедева И.А./

МЕНЮ
26 июня 2025 г.
Ясли 12 часов

Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое, джем)	37/3/11	2,82	3,41	26,84	148,23	4,41
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (овсяные хлопья "геркулес", вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	5,00	7,30	18,30	128,00	0,40
	ТК№0 28	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (кофейный напиток, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			386	10,62	13,11	57,84	360,23	5,31
II Завтрак								
	ТК№0 06	БАНАН СВЕЖИЙ (банан)	95	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Итого			95	1,50	0,50	21,00	96,00	4,00
Обед								
	ТК№0 09	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ (огурцы соленые)	37	0,30	0,00	0,70	5,20	0,80
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ (свекла, капуста белокочанная, картофель ранний, морковь, лук репчатый, томатная паста, масло подсолнечное рафинированное, сахар песок, вода питьевая, мясо говядина б/к (лопатка), сметана 15% жирности, соль йодированная)	150/10/5	4,17	6,32	8,23	106,98	4,20
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (рыба треска филе, морковь, лук репчатый)	60	10,89	0,40	0,00	137,61	0,40
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики) (мясо говядина б/к (лопатка), морковь, лук репчатый)	60	8,24	6,99	0,64	98,36	0,22
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ (сметана 15% жирности, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная)	20	0,31	1,03	1,24	15,24	0,00
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (картофель ранний, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, соль йодированная)	115	2,41	4,00	16,19	110,69	0,10
	ТК№0 24	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный крупнолистовой, вода питьевая, лимон, сахар песок)	160	0,03	0,00	10,92	44,38	0,57
	ТК№0 07	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ (хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)	34	2,25	0,30	14,41	69,35	0,00
Итого			591	20,36	12,05	51,69	489,45	6,07
Полдник								
2008	306	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (капуста белокочанная, мясо говядина б/к (лопатка), крупа рисовая, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, соль йодированная)	145	13,34	17,08	11,31	253,22	17,01
	ТК№0 36	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (груша, вода питьевая, сахар песок, кислота лимонная пищевая)	150	0,11	0,08	7,80	32,68	0,53
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ (мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, соль йодированная, яйца куриные (шт.), дрожжи, вода питьевая, капуста белокочанная, масло подсолнечное рафинированное, петрушка (зелень))	50	5,78	5,57	31,42	198,74	4,62
Итого			345	19,23	22,73	50,53	484,64	22,16
Всего				51,71	48,39	181,06	1 430,32	37,54

Медицинская сестра Павлова Л.Н.

Шеф повар (зав. производством) Гончарова Т.А.