

Утверждаю

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

МЕНЮ

29 декабря 2025 г.
Ясли 12 часов



Сбор- ник реце- птур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тиче- ская цен- ность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами, масло сладко-сливочное несоленое)	35/10	2,84	9,21	19,23	171,28	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (крупа пшеничная полтавская, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)	155	7,96	8,47	29,59	227,49	0,90
	ТК№0 38	ЧАЙ С ЛИМОНОМ (чай черный крупнолистовой, вода питьевая, лимон, сахар песок)	180/6/7	0,13	0,01	12,55	53,29	2,38
Итого			393	10,93	17,69	61,37	452,06	3,28
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ (соки фруктовые прямого отжима в ассортимент персик п)	179	0,00	0,00	17,86	71,42	0,00
Итого			179	0,00	0,00	17,86	71,42	0,00
Обед								
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, соль йодированная, мука пшеничная высш.сорт, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), мясо говядина б/к (лопатка), петрушка (зелень))	150/10/10	9,25	8,73	10,34	156,90	4,62
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ (рыба треска филе, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, соль йодированная, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное)	70	5,47	5,71	2,98	108,89	0,36
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ (картофель, морковь, молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко- сливочное несоленое, соль йодированная)	170	3,40	4,42	21,99	142,04	10,26
	ТК№0 25	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (яблоки, вода питьевая, сахар песок)	150	0,10	0,10	19,70	80,70	0,80
к/к	к/к	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ (батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)	27	2,00	0,77	13,67	69,69	0,00
Итого			587	20,22	19,73	68,68	558,22	16,04
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (грудки кур замороженные, масло сладко-сливочное несоленое, морковь, лук репчатый, крупа рисовая, соль йодированная)	170	2,22	5,02	21,49	140,28	0,75
	ТК№0 30	ЧАЙ С САХАРОМ (чай черный крупнолистовой, вода питьевая, сахар песок)	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00	0,80
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (яблоки)	133	0,53	0,53	13,19	59,07	5,35
Итого			458	2,75	5,55	41,68	227,35	6,90
Всего				33,90	42,97	189,59	1 309,05	26,22

Медицинская сестра

Павлова Л.Н.

Шеф повар (зав. производством)

Гончарова Т.А.