

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №43

/Коршунова Л.М./

МЕНЮ

10 сентября 2025 г.

Ясли 12 часов

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге- тическая ценность, ккал	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,22	0,46	11,14	53,28	1,60
2024	1	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	3,57	6,09	21,75	156,56	0,40
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,47	1,96	12,51	76,44	0,40
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
Итого			400	10,06	11,01	49,91	342,79	3,10
II Завтрак								
2024	62	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	174	3,10	4,50	8,10	72,00	0,54
Итого			174	3,10	4,50	8,10	72,00	0,54
Обед								
2024	38	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,32	0,04	0,99	5,54	3,96
2024	54	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/30	6,83	2,94	17,97	126,01	7,62
2012	268	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	49	8,10	5,03	2,72	88,36	0,23
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	127	3,19	5,64	15,08	124,40	10,07
2024	15	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,11	0,11	10,25	43,00	1,06
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,20	0,46	8,22	41,92	0,00
Итого			587	21,41	14,44	65,83	480,22	22,94
Полдник								
2024	35	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	0,36	1,03	3,93	26,75	0,58
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	145	26,87	18,13	24,57	378,17	0,28
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	185	5,46	4,70	9,03	101,62	1,01
2024	5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,20	0,46	8,22	41,92	0,00
Итого			376	33,89	24,32	45,75	548,46	1,87
Всего				68,46	54,27	169,59	1 443,47	28,45