

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №75

/Сергеева О.О./

МЕНЮ

30 декабря 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,36	5,49	10,28	112,93	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	185	4,96	6,61	22,07	167,68	0,47
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	205	3,71	2,08	15,75	89,19	1,97
Итого			425	14,03	14,18	48,10	369,80	2,44
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	147	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			147	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	56	0,42	0,00	1,40	7,84	2,24
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	1,82	2,75	12,90	86,93	7,07
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	16,18	7,08	6,50	155,98	11,84
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	250	3,35	7,00	16,32	149,25	17,46
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	145	0,80	0,05	19,61	82,74	0,25
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,21	10,92	52,53	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			732	25,82	17,69	77,95	587,67	38,86
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	19,05	9,79	17,31	237,46	0,21
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	307	9,02	6,15	14,97	152,11	1,64
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	130	1,05	0,26	9,83	49,78	19,91
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,69	6,85	30,33	201,44	0,00
Итого			602	33,81	23,05	72,44	640,79	21,76
Всего				73,66	54,92	198,49	1 598,26	63,06

Медицинская сестра

Морохина И.М.

Шеф повар (зав. производством)

Шипеева Л.А.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №75

/Сергеева О.О./

МЕНЮ

30 декабря 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								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	5,36	5,49	10,28	112,93	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	185	4,96	6,61	22,07	167,68	0,47
	ТК№026	ЧАЙ С МОЛОКОМ	205	3,71	2,08	15,75	89,19	1,97
Итого			425	14,03	14,18	48,10	369,80	2,44
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	147	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			147	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№011	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	56	0,42	0,00	1,40	7,84	2,24
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	1,82	2,75	12,90	86,93	7,07
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	16,18	7,08	6,50	155,98	11,84
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	250	3,35	7,00	16,32	149,25	17,46
2008	410	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	145	0,80	0,05	19,61	82,74	0,25
	ТК№016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,75	0,21	10,92	52,53	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			732	25,82	17,69	77,95	587,67	38,86
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	110	19,05	9,79	17,31	237,46	0,21
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	307	9,02	6,15	14,97	152,11	1,64
	ТК№052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	130	1,05	0,26	9,83	49,78	19,91
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	55	4,69	6,85	30,33	201,44	0,00
Итого			602	33,81	23,05	72,44	640,79	21,76
Всего				73,66	54,92	198,49	1 598,26	63,06

Медицинская сестра

Морохина И.М.

Шеф повар (зав. производством)

Шипеева Л.А.