

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ № 122  
Е.В. Кулякова



**МЕНЮ**  
27 января 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,6	8,9	10,4	127	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5	6,2	26,3	189	0,4
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		6,2	27	1,1
<b>Итого</b>			378	6,8	15,1	42,9	343	1,5
<b>II Завтрак</b>								
		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	6
<b>Итого</b>			150	0,6	0,6	14,8	66	6
<b>Обед</b>								
		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3		0,7	5	0,8
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,9	4,4	7,7	86	3
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	170	18,2	20,9	28,5	375	1,2
		НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,7	81	0,8
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
<b>Итого</b>			560	24,6	26	70,7	617	3,1
<b>Полдник</b>								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,6	4,8	2,5	92	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	3,9	15,6	107	7,2
		ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			5,5	22	0
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,5	3,8	26,2	165	0
<b>Итого</b>			400	14,4	12,6	56,2	417	7,5
<b>Всего</b>				46,4	54,3	184,6	1443	20,8

**МЕНЮ**  
27 января 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	2	9	13	140	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,2	8,3	35	262	0,5
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ Б/МОЛ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	4,2	3,3	21	182	0,5
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2		6,1	26	1,1
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		2,1	13	0
<b>Итого</b>			433	9,4	17,3	54,1	428	1,6
<b>II Завтрак</b>								
	ТК №10	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	6
<b>Итого</b>			150	0,6	0,6	14,8	66	6
<b>Обед</b>								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4		0,9	7	1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4	4,8	9,7	98	4,1
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,7	25,3	33,2	443	1,4
2008	265	ПЛОВ С МЯСОМ (аллергики)	200	22,5	23,5	34,9	440	0,5
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0,9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК №4	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,5	79	0
<b>Итого</b>			705	29,2	31,3	93,5	775	7,4
<b>Полдник</b>								
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13,05	11,91	3,70	173,63	0,28
2008	252	ГОВЯДИНА ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	18,7	12,6		190	0
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	4,8	19,5	134	9
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2012	392	ЧАЙ (аллергики)	180	0,1		2,1	13	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,6	3,6	26,1	164	0
<b>Итого</b>			480	29,9	22,6	63,1	676,5	13,3
<b>Всего</b>				70,3	63,2	217,3	1 694,4	26,5