

Утверждаю



ГБДОУ Д/С 62
ЛАНКОВСКАЯ В.М/

МЕНЮ
8 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								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,90	1,93	7,71	44,09	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,95	2,56	11,29	70,59	0,00
2012	368	ГРУША	94	0,38	0,29	9,69	44,20	4,70
Итого			394	7,03	10,48	48,48	293,78	4,70
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	183	3,16	4,59	8,26	74,46	0,00
Итого			183	3,16	4,59	8,26	74,46	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,49	1,57	3,17	29,52	8,44
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73	0,00
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	5,62	4,25	0,26	90,90	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	105	2,10	3,61	13,91	97,14	6,49
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,00	0,00	6,81	27,24	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,27	0,22	10,71	51,50	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,80	0,76	13,40	68,27	0,00
Итого			561	14,18	13,98	57,26	455,30	14,93
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,93	13,31	21,41	273,24	0,00
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,14	21,13	0,29
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	22	1,66	2,16	16,41	91,98	0,00
Итого			332	14,71	15,50	49,92	414,53	0,31
Всего				39,08	44,55	163,92	1 238,07	19,94

 Лавриненко В.А.

Утверждаю



ГБДОУ Д/С 62
ЯНКОВСКАЯ В.М/

МЕНЮ
8 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								
2024	59	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20	1,90	1,93	7,71	44,09	0,00
2024	50	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	2,80	5,70	19,79	134,90	0,00
2024	19	КАКАО С МОЛОКОМ	150	1,95	2,56	11,29	70,59	0,00
2012	368	ГРУША	94	0,38	0,29	9,69	44,20	4,70
Итого			394	7,03	10,48	48,48	293,78	4,70
II Завтрак								
2024	20	ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	183	3,16	4,59	8,26	74,46	0,00
Итого			183	3,16	4,59	8,26	74,46	0,00
Обед								
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ	30	0,49	1,57	3,17	29,52	8,44
2024	26	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73	0,00
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	5,62	4,25	0,26	90,90	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	105	2,10	3,61	13,91	97,14	6,49
2024	18	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,00	0,00	6,81	27,24	0,00
2024	41	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,27	0,22	10,71	51,50	0,00
2024	46	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,80	0,76	13,40	68,27	0,00
Итого			561	14,18	13,98	57,26	455,30	14,93
Полдник								
2024	6	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	12,93	13,31	21,41	273,24	0,00
2008	387	СОУС ЯБЛОЧНЫЙ	30	0,03	0,03	5,14	21,13	0,29
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	22	1,66	2,16	16,41	91,98	0,00
Итого			332	14,71	15,50	49,92	414,53	0,31
Всего				39,08	44,55	163,92	1 238,07	19,94

 Лавриненко В.А.