Утверждаю

Заведующей
ГБДОУ №42 Димитрова 29/3
_____ /Куликовская Е.А./

МЕНЮ

9 декабря 2025 г.

Ясли 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2024	7	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20	1,19	0,46	11,17	53,05	2,00
2024	8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130	4,07	6,71	17,66	147,56	0,34
2024	9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,42	1,82	11,78	73,69	0,39
2012	368	ГРУША	95	0,38	0,29	9,79	44,65	4,75
Итого			**395**	**8,06**	**9,28**	**50,40**	**318,95**	**7,48**
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	170	4,93	4,25	6,80	90,10	1,19
Итого			**170**	**4,93**	**4,25**	**6,80**	**90,10**	**1,19**
Обед								
2024	11	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	30	1,51	4,14	1,97	51,39	0,95
2024	25	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	4,41	4,66	13,92	115,47	5,56
2024	12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	21,62	9,37	12,93	245,98	15,68
2024	13	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,23	0,11	12,02	50,88	39,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,69	0,13	6,36	30,59	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,54	0,60	10,02	51,80	0,00
Итого			**536**	**30,00**	**19,01**	**57,22**	**546,11**	**61,19**
Усиленный Полдник								
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65	0,00
2024	14	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	14,54	12,92	11,99	227,15	15,29
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,86	27,81	0,02
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,12	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,54	0,60	10,02	51,80	0,00
Итого			**470**	**22,57**	**18,44**	**42,00**	**434,71**	**16,01**
Всего				**65,56**	**50,98**	**156,42**	**1 389,87**	**85,87**

Медицинская сестра _____ Дударева С.Л.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 342613088659557027477417031171105956650881455002

Владелец Куликовская Елена Анатольевна

Действителен С 22.07.2025 по 22.07.2026