

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

/Иванова О.С./

МЕНЮ

29 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,67	4,65	7,93	70,25	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,17	5,49	23,66	165,21	0,42
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,13	0,01	6,17	26,54	1,27
Итого			383	8,97	10,15	37,76	262,00	1,69
II Завтрак								
	TKN№01 0	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	TKN№00 9	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	33	0,25	0,00	0,58	4,28	0,66
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,29	4,91	6,62	83,99	2,61
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	5,20	5,42	2,83	103,40	0,34
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	125	2,72	4,13	18,28	121,57	8,85
2008	438	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	11,40	47,20	0,80
	TKN№00 3	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,33	0,28	14,88	72,09	0,00
Итого			583	13,89	14,84	54,59	432,53	13,26
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	165	14,69	14,67	29,79	309,88	1,01
	TKN№03 0	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,06	0,00	4,97	20,07	0,01
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	6,13	4,51	19,21	142,27	0,10
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,28	0,51	8,76	44,57	0,00
Итого			392	22,16	19,69	62,73	516,79	1,12
Всего				45,62	45,28	169,88	1 277,62	22,07

Медицинская сестра

Филиппова А.Ю.

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №22

Иванова О.С./

МЕНЮ

29 декабря 2025 г.

Сад 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35	3,67	4,65	7,93	70,25	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,37	6,98	29,80	212,36	0,77
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	205	11,00	9,34	53,08	339,92	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,15	0,01	6,07	26,39	1,33
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,07	0,00	6,59	26,61	0,01
Итого			433	11,19	11,64	43,80	309,00	2,10
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Итого			100	0,40	0,40	9,87	44,20	4,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	41	0,31	0,00	0,72	5,30	0,81
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,04	3,70	7,65	76,21	3,19
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергики)	200	3,42	1,69	15,05	89,26	7,61
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	90	12,02	13,79	3,89	187,60	0,41
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергики)	50	6,21	5,26	0,67	74,73	0,34
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,15	3,95	20,70	131,35	9,98
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергики)	145	2,72	10,22	22,14	191,72	11,20
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,06	0,06	6,88	28,67	0,60
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	41	2,82	0,33	17,56	84,50	0,00
Итого			727	21,40	21,83	57,40	513,63	14,99
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	18,95	23,33	37,06	433,81	1,30
2008	265	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	215	9,99	12,23	39,59	308,52	0,94
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,60	3,02	14,31	103,17	0,06
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	24	1,82	0,73	12,49	63,55	0,00
Итого			464	25,37	27,08	63,86	600,53	1,36
Всего				58,36	60,95	174,93	1 467,36	22,45

Медицинская сестра

Иванова

Филиппова А.Ю.

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №22
Иванова О.С./**МЕНЮ**
29 декабря 2025 г.**Сад 10 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	45	4,85	15,36	32,83	289,25	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	205	7,29	6,89	28,48	206,07	0,80
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергии)	205	9,08	7,23	45,97	284,78	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,17	0,01	5,85	25,57	1,35
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,10	0,00	5,04	20,55	0,02
Итого			443	12,31	22,26	67,16	520,89	2,15
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	41	0,31	0,00	0,72	5,30	0,81
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,63	7,78	7,31	127,06	2,63
2008	92	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии)	200	3,35	6,53	14,49	130,25	7,33
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	90	6,89	7,23	3,73	160,46	0,45
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА (аллергии)	50	6,21	5,26	0,67	74,73	0,34
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	155	3,03	6,04	19,66	145,41	9,44
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,85	5,42	23,24	153,39	11,76
	039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,05	0,05	6,32	26,22	0,51
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,57	0,18	9,79	47,12	0,00
Итого			709	15,48	21,28	47,53	511,57	13,84
Полдник								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	333	1,78	0,44	32,98	144,53	7,97
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	65	9,30	2,96	37,11	182,91	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	110	3,08	2,75	4,95	62,15	0,33
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	101	0,40	0,40	10,00	44,64	4,04
Итого			508	14,16	6,15	75,04	389,59	8,30
Всего				42,55	50,29	204,53	1 488,35	30,29

Медицинская сестра Филлипова А.Ю.