ГБОУ Детский сад № 246

Утверждаю

Зам.Директора по УВР
ГБОУ Детский сад № 246
_____/Е.А.Курсиш/

МЕНЮ

6 августа 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								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,49	2,23	16,76	72,13	1,91
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,89	1,58	1,78	24,06	1,39
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,55	17,03	2,35	121,38	0,20
		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			**360**	**17,73**	**23,24**	**33,59**	**301,57**	**4,00**
II Завтрак								
		ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			**150**	**0,60**	**0,50**	**15,50**	**70,50**	**3,00**
Обед								
		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,21	6,51	6,25	103,03	8,46
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,25	15,45	3,54	135,34	0,61
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,80	4,78	26,80	174,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00	0,10
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
Итого			**598**	**26,64**	**26,90**	**50,82**	**476,97**	**10,77**
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,52	13,49	12,26	227,55	17,10
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,82	6,26	25,46	159,45	0,00
		НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,10	0,01	14,10	54,00	1,90
		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
		ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			**487**	**21,24**	**22,38**	**62,72**	**528,50**	**19,30**
Всего				**66,21**	**73,02**	**162,63**	**1 377,54**	**37,07**

ГБОУ Детский сад № 246

Утверждаю

Зам.Директора по УВР
ГБОУ Детский сад № 246
_____ /Е.А.Курсиш/

МЕНЮ

6 августа 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,46	2,18	16,43	70,72	1,87
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,47	2,65	2,94	39,69	2,16
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00	0,20
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			**410**	**21,13**	**28,23**	**34,97**	**343,41**	**4,73**
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,68	0,56	17,09	79,10	10,88
Итого			**150**	**0,68**	**0,56**	**17,09**	**79,10**	**10,88**
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	58	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,44	3,63	6,69	67,89	9,03
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	9,19	11,41	15,05	198,77	1,01
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,20	5,90	33,00	240,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
Итого			**760**	**20,45**	**21,56**	**78,34**	**617,56**	**12,24**
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	15,87	13,90	13,83	247,42	20,10
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80	2,30
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			**522**	**21,59**	**17,11**	**53,53**	**459,02**	**22,70**
Всего				**63,85**	**67,46**	**183,93**	**1 499,09**	**50,55**