

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ Детский сад №130
Машина Г.И./

МЕНЮ

7 ДЕНЬ
на 22.09.2026
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	32	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	11	0,30	0,02	0,63	3,88	0,40
2024	61	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	140	7,38	12,72	2,20	198,20	0,18
2024	2	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,09	0,00	6,96	28,18	0,02
2012	368	ГРУША	85	0,34	0,25	8,73	39,83	4,24
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,77	0,14	7,06	33,95	0,00
Итого			403	8,88	13,13	25,58	304,04	4,84
II Завтрак								
2024	62	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	191	5,53	4,77	8,01	103,05	0,57
Итого			191	5,53	4,77	8,01	103,05	0,57
Обед								
2011	27	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ	35	0,40	2,24	1,37	27,93	27,70
2024	28	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,75	7,05	10,53	125,26	7,78
2011	274	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ	70	5,88	6,70	13,47	141,37	1,87
2011	127	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	120	2,73	3,63	15,91	107,72	7,43
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ	150	0,75	0,15	15,15	64,50	3,00
2024	17	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,30	0,58	10,29	52,40	0,00
2024	10	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	17	0,77	0,14	7,06	33,95	0,00
Итого			579	16,58	20,49	73,78	553,13	47,78
Полдник								
2012	245	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ	60	5,67	4,29	0,26	91,73	0,40
2012	330	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	170	3,66	3,65	17,89	120,83	21,37
2024	40	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/12	0,16	0,04	10,86	37,84	0,16
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	3,23	4,07	50,26	170,52	0,05
2024	4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,14	0,19	9,56	45,97	0,00
Итого			465	13,86	12,24	88,83	466,89	21,98
Всего				44,85	50,63	196,20	1 427,11	75,17

Диетсестра

Козлова Елена Викторовна



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ Детский сад №130

/Машинина Г.И./

МЕНЮ

7 ДЕНЬ

на 22.09.2020

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	1,74	9,27	11,65	137,09	0,00
2024	ТК № 43	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	210	9,01	3,26	24,53	158,96	1,43
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	195/7	0,19	0,01	11,04	46,15	1,14
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ	89	0,36	0,27	9,20	42,00	4,47
Итого			536	11,30	12,81	56,42	384,20	7,04
II Завтрак								
2024	ТК № 2	ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ ПИТЬЕВОЙ	119	3,33	2,98	5,37	67,27	0,83
Итого			119	3,33	2,98	5,37	67,27	0,83
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	40	0,45	2,49	1,41	30,71	10,08
2024	ТК № 44	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	170/15/15	6,72	13,30	11,72	194,38	10,89
2024	ТК № 45	ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ (ИЗ ГОВЯДИНЫ)	80	10,12	9,14	21,64	209,33	2,54
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,69	2,86	34,74	187,58	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,49	0,20	9,58	46,09	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			699	25,63	28,45	94,00	735,33	23,63
Полдник								
2024	ТК № 46	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70	5,20	7,46	1,58	110,00	0,31
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	145	3,08	2,88	21,12	123,17	10,27
2024	ТК № 47	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,31	0,07	18,58	76,73	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,49	0,20	9,58	46,09	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,88	0,73	12,85	65,50	0,00
2011	431	БУЛОЧКА РОЗОВАЯ	60	4,97	1,91	40,07	173,65	0,14
Итого			505	16,93	13,25	103,78	595,14	10,72
Всего				57,19	57,49	259,57	1 781,94	42,22

Диетсестра _____ Козлова Елена Викторовна