

Согласовано

заведующая  
ГБДОУ № 75(1) Центрального района  
/Елюкова Анна Евгеньевна/

**МЕНЮ**

25 декабря 2023 г.

**Сад 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,2	8,3	35	262	1,3
	ТК№-038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,2	35	1,8
<b>Итого</b>			<b>428</b>	<b>10,5</b>	<b>12,4</b>	<b>50,2</b>	<b>359</b>	<b>3,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,9	71	15,2
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,9</b>	<b>71</b>	<b>15,2</b>
<b>Обед</b>								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	50	0,7	2,4	6,2	50	5,3
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,5	5,7	5,6	94	3,4
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	10,9	10,2	2,7	146	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	4,8	19,5	134	9,3
	ТК№-039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0,9
	ТК№-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>715</b>	<b>23,4</b>	<b>24</b>	<b>78,5</b>	<b>624</b>	<b>19,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,3	26,9	33,2	457	0,7
	ТК№-016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	6,3	3,4	18,6	130	0
	ТК№-030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0
<b>Итого</b>			<b>430</b>	<b>28,3</b>	<b>30,5</b>	<b>69,4</b>	<b>666</b>	<b>0,7</b>
<b>Всего</b>				<b>62,8</b>	<b>67,5</b>	<b>213</b>	<b>1720</b>	<b>38,2</b>

Согласовано

заведующая

ГБДОУ № 75(1) Центрального района

/Елюкова Анна Евгеньевна/

**МЕНЮ**

25 декабря 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,4	6,2	26,3	189	1
	ТК№-038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1
<b>Итого</b>			<b>378</b>	<b>8,7</b>	<b>10,3</b>	<b>41,8</b>	<b>287</b>	<b>2</b>
<b>II Завтрак</b>								
	ТК№-010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	12,5
<b>Итого</b>			<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,8</b>	<b>66</b>	<b>12,5</b>
<b>Обед</b>								
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ)	40	0,5	1,4	3,9	30	4,2
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ , ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	6,6	7,4	7,8	123	3,7
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,7	5,1	2,6	95	0,3
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	3,9	15,6	107	7,4
	ТК№-025	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,7	81	0,8
	ТК№-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№-004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>570</b>	<b>21,3</b>	<b>18,5</b>	<b>63,7</b>	<b>506</b>	<b>16,4</b>
<b>Полдник</b>								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	16,2	21,1	26,9	363	0,5
	ТК№-030	ЧАЙ С САХАРОМ	150/5			7	28	0
	ТК№-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	9,6	6,8	28,1	212	0
<b>Итого</b>			<b>380</b>	<b>26,8</b>	<b>28</b>	<b>68,4</b>	<b>634</b>	<b>0,5</b>
<b>Всего</b>				<b>57,4</b>	<b>57,4</b>	<b>188,7</b>	<b>1493</b>	<b>31,4</b>

Согласовано

заведующая  
ГБДОУ № 75(1) Центрального района  
/Елюкова Анна Евгеньевна/

**МЕНЮ**

26 декабря 2023 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		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,1	8,1	27,9	205	1,3
	ТК№-040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77	0,2
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,7</b>	<b>17,8</b>	<b>51,5</b>	<b>351</b>	<b>1,5</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1,3	0,3	26,9	115	5,3
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>1,3</b>	<b>0,3</b>	<b>26,9</b>	<b>115</b>	<b>5,3</b>
<b>Обед</b>								
2008	ТТК№-51	*ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	50	0,7	5	3,3	62	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	7,7	10,6	19,4	204	7
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/50	12,9	7,5	0,4	137	10,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,2	6	37,4	237	0
	ТК№-041	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,7	0,3	27,7	128	88
	ТК№-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№-012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
<b>Итого</b>			<b>726</b>	<b>32,7</b>	<b>30,1</b>	<b>104,9</b>	<b>851</b>	<b>105,2</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10,7	4,5	2,2	92	0,9
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	17,5	119	9,02
	ТК№-048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	9,5	41	1,4
	ТК№-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,3	0,9	25,9	130	0
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>18,8</b>	<b>10,2</b>	<b>61,5</b>	<b>413</b>	<b>11,32</b>
<b>Всего</b>				<b>64,5</b>	<b>58,4</b>	<b>244,8</b>	<b>1730</b>	<b>123,32</b>

Согласовано

заведующая

ГБДОУ № 75(1) Центрального района

/Елюкова Анна Евгеньевна/

**МЕНЮ**

26 декабря 2023 г.

**Ясли 12 часов**

Сборник рецептов	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,3	6,9	10	69	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,8	6,1	20,9	154	1
	ТК№-040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	1,8	13,6	77	0,2
<b>Итого</b>			<b>365</b>	<b>10,3</b>	<b>14,8</b>	<b>44,5</b>	<b>300</b>	<b>1,2</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150					0
<b>Итого</b>			<b>150</b>					<b>0</b>
<b>Обед</b>								
2008	ТТК№-51	*ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6	4	2,6	49	0
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	7,2	11,1	14,5	187	5,3
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50/50	12,9	7,5	0,4	137	10,2
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,5	5,6	29,2	194	0
	ТК№-027	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,6	0,2	24	110	73,3
	ТК№-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№-004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	39	0
<b>Итого</b>			<b>611</b>	<b>29,9</b>	<b>29</b>	<b>84,8</b>	<b>747</b>	<b>88,8</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,7	12	1,5	145	0,7
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,4	3,7	15,7	107	4,01
	ТК№-051	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	7,7	33	1,2
	ТК№-003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2	4,6	24,1	164	0
<b>Итого</b>			<b>375</b>	<b>13,2</b>	<b>20,5</b>	<b>55,4</b>	<b>480</b>	<b>5,91</b>
<b>Всего</b>				<b>53,4</b>	<b>64,3</b>	<b>184,7</b>	<b>1527</b>	<b>95,91</b>