

Утверждаю

ГБДОУ №35  
/Родионова Н.В./

# МЕНЮ

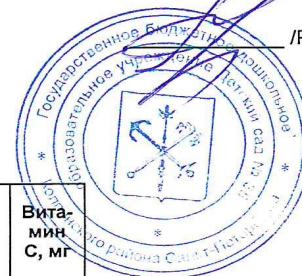
4 июня 2025 г.

Ясли 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                       | Выход    | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |          | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог.<br>микронутриентами)                                                                                                                                      | 30       | 3,49              | 7,11       | 10,30            | 71,07                                              | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ<br>МАСЛОМ<br>(крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль<br>йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                            | 155      | 4,20              | 5,60       | 18,70            | 142,10                                             | 0,40                  |
|                               | TKN№0<br>26         | ЧАЙ С МОЛОКОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок, молоко пастер.<br>2,5% жирности)                                                                                                                                      | 180      | 3,20              | 1,80       | 13,60            | 77,00                                              | 1,70                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          | 365      | 10,89             | 14,51      | 42,60            | 290,17                                             | 2,10                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ<br>(сок абрикосовый 0,2)                                                                                                                                                                                                 | 147      | 0,00              | 0,00       | 0,00             | 0,00                                               | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          | 147      | 0,00              | 0,00       | 0,00             | 0,00                                               | 0,00                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
|                               | TKN№0<br>11         | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ<br>(огурцы грунтовые)                                                                                                                                                                                                      | 44       | 0,30              | 0,00       | 1,00             | 5,60                                               | 1,60                  |
| 2012                          | 77                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное<br>рафинированное, вода питьевая, филе грудки цыпленка, сметана 15%<br>жирности, соль йодированная, петрушка (зелень)) | 150/10/5 | 4,50              | 3,30       | 11,90            | 96,10                                              | 6,40                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ<br>(говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-<br>сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)                                                                           | 50       | 11,20             | 4,90       | 4,50             | 108,00                                             | 8,20                  |
| 2012                          | 344                 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)<br>(картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокочанная, масло<br>сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода<br>питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)                         | 150      | 3,01              | 7,03       | 17,45            | 151,77                                             | 11,74                 |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                                       | 150/5    | 0,00              | 0,00       | 7,04             | 28,51                                              | 0,00                  |
|                               | TKN№0<br>16         | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                        | 27       | 1,70              | 0,20       | 10,60            | 51,00                                              | 0,00                  |
|                               | TKN№0<br>12         | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)                                                                                                                                                         | 20       | 1,50              | 0,60       | 10,30            | 52,40                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          | 611      | 22,21             | 16,03      | 62,79            | 493,38                                             | 27,94                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА<br>(творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар<br>песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное,<br>сухари панировочные, сметана 15% жирности)                                     | 80       | 13,92             | 7,15       | 12,64            | 173,46                                             | 0,16                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                       | 151      | 4,44              | 3,03       | 7,37             | 74,94                                              | 0,81                  |
|                               | TKN№0<br>52         | МАНДАРИН СВЕЖИЙ<br>(мандарин)                                                                                                                                                                                                            | 104      | 0,80              | 0,20       | 7,50             | 38,00                                              | 15,20                 |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ<br>(мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное<br>несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода<br>питьевая, масло подсолнечное рафинированное)                                     | 50       | 3,64              | 5,96       | 24,24            | 151,80                                             | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          | 385      | 22,80             | 16,34      | 51,75            | 438,20                                             | 16,17                 |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                          |          | 55,90             | 46,88      | 157,14           | 1 221,75                                           | 46,21                 |

Утверждаю

ГБДОУ №35  
/Родионова Н.В./



# МЕНЮ

4 июня 2025 г.  
Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>реце-<br>птур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                                                                                                                                                                                                 | Выход    | Химический состав |            |                  | Энерге-<br>тиче-<br>ская<br>цен-<br>ность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------|-------------------|------------|------------------|----------------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |          | Белки,<br>г       | Жиры,<br>г | Угле-<br>воды, г |                                                    |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 3                   | БУТЕРБРОД С СЫРОМ<br>(сыр российский, батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)                                                                                                                                   | 30       | 3,46              | 7,04       | 10,20            | 70,38                                              | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ<br>СЛИВОЧНЫМ<br>(крупа манная, вода питьевая, молоко пастер. 2,5% жирности, соль йодированная, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое)                                                          | 205      | 6,00              | 8,00       | 27,00            | 203,00                                             | 0,50                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)<br>(пшено, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)                                                                                                                                           | 205      | 4,33              | 1,02       | 36,18            | 171,17                                             | 0,00                  |
|                               | TK№0<br>40          | ЧАЙ С МОЛОКОМ<br>(чай черный байховый, сахар песок, молоко пастер. 2,5% жирности, вода питьевая)                                                                                                                                   | 180      | 3,20              | 2,80       | 13,60            | 77,00                                              | 0,50                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                      | 180/6    | 0,00              | 0,00       | 8,40             | 34,00                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    | 415      | 12,66             | 17,84      | 50,80            | 350,38                                             | 1,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2008                          | 442                 | СОК АБРИКОСОВЫЙ<br>(сок яблочный)                                                                                                                                                                                                  | 174      | 0,87              | 0,17       | 17,57            | 80,00                                              | 3,48                  |
| 2024                          | TK №<br>32          | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                               | 150      | 0,60              | 0,60       | 14,70            | 70,50                                              | 6,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    | 174      | 0,87              | 0,17       | 17,57            | 80,00                                              | 3,48                  |
| Обед                          |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
|                               | TK№0<br>15          | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ<br>(огурцы грунтовые)                                                                                                                                                                                                | 55       | 0,38              | 0,00       | 1,30             | 7,00                                               | 2,00                  |
| 2012                          | 77                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И<br>СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ<br>(картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолнечное рафинированное, вода питьевая, филе грудки цыпленка, сметана 15% жирности, соль йодированная, петрушка (зелень)) | 200/10/5 | 6,00              | 4,40       | 16,00            | 159,90                                             | 6,60                  |
| 2008                          | 92                  | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ (аллергии)<br>(картофель, лук репчатый, вода питьевая, говядина б/к, петрушка (зелень))                                                                                                                           | 200      | 4,20              | 2,27       | 16,00            | 101,34                                             | 8,68                  |
| 2012                          | 34                  | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ<br>(говяжья печень, лук репчатый, морковь, картофель, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная)                                                                         | 80       | 17,92             | 7,84       | 7,20             | 172,80                                             | 12,90                 |
| 2008                          | 252                 | МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)<br>(говядина б/к, лук репчатый)                                                                                                                                                                           | 50       | 14,65             | 12,57      | 0,16             | 172,08                                             | 0,08                  |
| 2012                          | 344                 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)<br>(картофель, морковь, лук репчатый, капуста белокачанная, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сметана 15% жирности, соль йодированная)                         | 150      | 2,94              | 7,08       | 17,04            | 150,26                                             | 11,61                 |
| 2008                          | 331                 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ<br>(аллергии)<br>(макаронные изделия высш.сорт)                                                                                                                                                        | 150      | 5,44              | 0,64       | 34,88            | 167,21                                             | 0,00                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ<br>(сахар песок, чай черный байховый, вода питьевая)                                                                                                                                                                 | 180      | 0,14              | 0,00       | 6,09             | 24,86                                              | 0,03                  |
|                               | TK<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(хлеб ржано-пшеничный обог. микронутриентами)                                                                                                                                                  | 33       | 2,04              | 0,24       | 12,72            | 61,20                                              | 0,00                  |
|                               | TK<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ<br>(батон нарезной пшен.мука высш.сорт обог. микронутриентами)                                                                                                                                                   | 26       | 1,88              | 0,75       | 12,88            | 65,90                                              | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    | 739      | 31,30             | 20,31      | 73,23            | 641,92                                             | 33,14                 |
| Полдник                       |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |          |                   |            |                  |                                                    |                       |
| 2012                          | 237                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА<br>(творог 5,0% жирности, соль йодированная, крупа манная, сахар песок, яйца куриные (шт.), масло подсолнечное рафинированное, сухари панировочные, сметана 15% жирности)                                     | 100      | 17,35             | 8,82       | 15,78            | 216,58                                             | 0,20                  |
| 2008                          | 323                 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ<br>(аллергии)<br>(крупа гречневая ядрица, вода питьевая, соль йодированная, сахар песок)                                                                                                                | 150      | 8,43              | 2,21       | 47,90            | 244,84                                             | 0,00                  |
| 2008                          | 367                 | СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)<br>(молоко пастер. 2,5% жирности, масло сладко-сливочное несоленое, мука пшеничная высш.сорт, вода питьевая, сахар песок, соль йодированная, ванилин)                                                      | 50       | 0,90              | 2,30       | 6,50             | 39,00                                              | 0,10                  |
| 2008                          | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ<br>(молоко пастер. 2,5% жирности)                                                                                                                                                                                 | 202      | 6,06              | 4,04       | 9,90             | 99,89                                              | 1,11                  |
| 2012                          | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)<br>(чай черный байховый, вода питьевая, сахар песок)                                                                                                                                                      | 180/6    | 0,00              | 0,00       | 8,40             | 34,00                                              | 0,00                  |
|                               |                     | МАНДАРИН СВЕЖИЙ<br>(мандарин)                                                                                                                                                                                                      | 104      | 0,80              | 0,20       | 7,50             | 38,00                                              | 15,20                 |
| 2008                          |                     | ЯБЛОКО (аллергии)<br>(яблоки)                                                                                                                                                                                                      | 100      | 0,16              | 0,16       | 3,92             | 18,80                                              | 4,00                  |
| 2008                          | 467                 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ<br>(мука пшеничная высш.сорт, сахар песок, масло сладко-сливочное несоленое, яйца куриные (шт.), соль йодированная, дрожжи, вода питьевая, масло подсолнечное рафинированное)                                     | 60       | 4,40              | 7,10       | 28,80            | 132,00                                             | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    | 516      | 29,51             | 22,46      | 68,48            | 525,47                                             | 16,61                 |
| Всего                         |                     |                                                                                                                                                                                                                                    |          | 74,34             | 60,78      | 210,08           | 1 597,77                                           | 54,23                 |