

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №74 Склад 1  
/Вологодина К.А./

## МЕНЮ

14 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,8	3,2	22,6	125	2,4
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,4	8	24,1	191	0,7
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,1	2,5	11,8	82	0,5
<b>Итого</b>			<b>420</b>	<b>10,3</b>	<b>13,7</b>	<b>58,5</b>	<b>398</b>	<b>3,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	125	3,8	0,1	5	39	1,3
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,8</b>	<b>0,1</b>	<b>5</b>	<b>39</b>	<b>1,3</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	4,1	4,9	59	2,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	3,9	4,2	13,4	111	5,5
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,6	12	7,2	186	0,5
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,2	1,9	9,8	72	5,9
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,5		29,7	122	10,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		БАТОН	35	2,6	1	18	92	0
<b>Итого</b>			<b>745</b>	<b>24,7</b>	<b>23,5</b>	<b>95,7</b>	<b>703</b>	<b>25</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,2	7	5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	15	14,5	13	242	6,8
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,1		22,6	88	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
2008		ГРУША	75	0,3	0,2	7,7	35	3,8
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>20,5</b>	<b>18,8</b>	<b>84,9</b>	<b>590</b>	<b>15,6</b>
<b>Всего</b>				<b>59,3</b>	<b>56,1</b>	<b>244,1</b>	<b>1730</b>	<b>45,5</b>

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №74 Склад 1  
/Вологодина К.А./

## МЕНЮ

14 февраля 2025 г.

Сад 12 логопедия

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		
<b>Завтрак</b>								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,8	3,2	22,6	126	2,4
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,4	8	24,2	191	0,7
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,8	2,2	10,5	74	0,5
<b>Итого</b>			<b>400</b>	<b>10</b>	<b>13,4</b>	<b>57,3</b>	<b>391</b>	<b>3,6</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	125	3,8	0,1	5	39	1,3
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,8</b>	<b>0,1</b>	<b>5</b>	<b>39</b>	<b>1,3</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,9	4,1	4,9	59	2,3
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	3,9	4,2	13,4	111	5,5
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,6	12	7,2	186	0,5
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,2	1,8	9,6	71	5,9
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,5		29,7	122	10,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		БАТОН	35	2,6	1	18,1	92	0
<b>Итого</b>			<b>745</b>	<b>24,7</b>	<b>23,4</b>	<b>95,6</b>	<b>702</b>	<b>25</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,2	7	5
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	15	14,5	13	243	6,8
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,1		22,6	89	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,7	51	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
2008		ГРУША	75	0,3	0,2	7,7	35	3,8
<b>Итого</b>			<b>510</b>	<b>20,5</b>	<b>18,8</b>	<b>85</b>	<b>592</b>	<b>15,6</b>
<b>Всего</b>				<b>59</b>	<b>55,7</b>	<b>242,9</b>	<b>1724</b>	<b>45,5</b>

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №74 Склад 1  
/Володина К.А./

**МЕНЮ**  
14 февраля 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		
<b>Завтрак</b>								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,5	3,2	19	110	2,1
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	150	4,4	5,6	17,1	138	0,6
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	170	2,4	2	11,2	73	0,4
<b>Итого</b>			<b>355</b>	<b>8,3</b>	<b>10,8</b>	<b>47,3</b>	<b>321</b>	<b>3,1</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	435	КЕФИР	125	3,8	0,1	5	39	1,3
<b>Итого</b>			<b>125</b>	<b>3,8</b>	<b>0,1</b>	<b>5</b>	<b>39</b>	<b>1,3</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,9	3,2	42	1,5
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАД СКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,3	5	10,2	107	4
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	60	10,7	10,3	6,3	160	0,5
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	1,9	1,9	8,4	66	4,7
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150			16,5	65	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008		БАТОН	25	1,9	0,7	13	66	0
<b>Итого</b>			<b>580</b>	<b>20,7</b>	<b>21</b>	<b>66,1</b>	<b>547</b>	<b>10,7</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	30	0,2		0,8	4	3
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	110	11,9	11,4	10,2	191	5,2
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	150	0,1		20,5	81	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	41	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	1,9	2,5	18,8	106	0
2008		ГРУША	70	0,3	0,2	7,2	33	3,5
<b>Итого</b>			<b>405</b>	<b>15,7</b>	<b>14,3</b>	<b>66</b>	<b>456</b>	<b>11,7</b>
<b>Всего</b>				<b>48,5</b>	<b>46,2</b>	<b>184,4</b>	<b>1363</b>	<b>26,8</b>

Утверждаю

Заведующий  
ГБДОУ №74 Склад 1  
/Вологодина К.А./

## МЕНЮ

14 февраля 2025 г.

### Сад 12 часов аллергостол

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>								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	45	1,9	4,7	23,1	141	2,4
2008	190	КАША "ДРУЖБА" БЕЗ МОЛОКА	180	1,8	4,4	18,8	122	0
2014	267	ЧАЙ С САХОРОМ	200	0,2		5,4	22	0
<b>Итого</b>			<b>425</b>	<b>3,9</b>	<b>9,1</b>	<b>47,3</b>	<b>285</b>	<b>2,4</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008		ГРУША	77	0,3	0,2	7,9	36	3,8
<b>Итого</b>			<b>77</b>	<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>7,9</b>	<b>36</b>	<b>3,8</b>
<b>Обед</b>								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,8	4,1	4,9	59	2,2
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ	200/10/10	5,2	7,1	14	141	5,6
2008	272	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	40	6,8	7,3	5,5	115	0
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	160	2,6	6,9	14,5	132	8,3
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,5		29,7	122	10,8
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2	0,3	12,7	61	0
2008		БАТОН	35	2,6	1	18	92	0
<b>Итого</b>			<b>725</b>	<b>20,5</b>	<b>26,7</b>	<b>99,3</b>	<b>722</b>	<b>26,9</b>
<b>Полдник</b>								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,4		1,2	7	4,9
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	14,8	14,3	13,5	241	7,2
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,1		22,3	87	0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3	3,9	29,8	167	0
2008		ГРУША	77	0,3	0,2	7,9	36	3,8
<b>Итого</b>			<b>511</b>	<b>20,3</b>	<b>18,6</b>	<b>85,3</b>	<b>589</b>	<b>15,9</b>
<b>Всего</b>				<b>45</b>	<b>54,6</b>	<b>239,8</b>	<b>1632</b>	<b>49</b>