

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 22
Л.Н. Чаплинская/

МЕНЮ

9 сентября 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		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	1,55	0,60	10,62	54,11	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	2,77	6,21	4,61	86,06	0,51
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,65	2,23	4,41	48,90	0,49
Итого			415	6,97	9,04	19,64	189,07	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	174	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого			174	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	2,59	5,02	0,62	58,18	0,99
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,61	9,06	0,59	169,47	12,22
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	1,64	7,75	5,55	99,46	8,23
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,14	0,25	13,36	64,26	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,96	0,78	13,40	68,54	0,00
Итого			733	25,32	22,86	34,82	466,91	23,44
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	17,34	12,81	5,47	210,43	0,20
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,94	2,35	2,76	36,16	0,13
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	196	5,88	3,92	9,60	96,92	1,08
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,17	7,65	27,14	193,90	0,00
Итого			511	29,13	26,93	52,47	575,41	16,61
Всего				61,42	58,83	106,93	1 231,39	41,05