

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 22
/Л.Н. Чаплинская/**МЕНЮ**
11 августа 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,28	2,78	8,73	65,17	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	2,95	6,53	4,88	90,70	0,54
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,93	2,31	5,72	55,97	0,50
Итого			420	7,16	11,62	19,33	211,84	1,04
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	176	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
Итого			176	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	1,33	3,71	8,59	73,08	0,32
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	1,72	3,54	6,03	62,89	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,51	2,58	3,77	44,44	1,42
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,18	0,11	8,63	36,89	1,08
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			700	8,72	10,89	51,82	341,30	4,82
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	11,91	11,58	10,88	195,33	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	0,55	2,47	0,92	28,24	0,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,82	2,89	24,74	140,25	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,07	0,00	0,14	0,81	0,01
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			565	20,78	19,64	51,64	471,32	0,40
Всего				36,66	42,15	122,79	1 024,46	6,26