

Утверждаю

Заведующий ГБДОУ №10
Детский сад №10
/Михайлова А.В./

МЕНЮ

26 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	3,70	7,52	10,90	75,21	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	TK№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			420	12,90	18,32	51,50	355,21	1,00
II Завтрак								
	TK № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	TK№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	48	0,36	0,00	1,25	6,72	1,92
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	3,89	5,13	9,87	104,48	1,04
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	75	16,27	8,88	2,72	174,00	11,69
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,86	6,67	14,17	135,49	0,82
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,04	0,00	5,80	23,31	0,01
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	28	2,15	0,86	14,70	75,21	0,00
Итого			732	27,61	21,78	61,23	580,41	15,48
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,88	9,09	16,26	223,21	0,20
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,17	1,66	5,04	35,75	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	194	5,82	3,88	9,51	95,93	1,07
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	99	0,79	0,20	7,43	37,62	15,05
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,56	5,75	23,33	106,92	0,00
Итого			493	28,22	20,58	61,57	499,43	16,32
Всего				69,33	61,18	189,80	1 505,55	35,80