

МЕНЮ

18 июня 2025 г.

Сад 12 часов



ГБДОУ д/с 77
Ковалева С.А./

И.О. Ковалева С.А.

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	30	1,38	2,97	17,14	99,70	4,49
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	55	1,59	2,66	3,39	43,71	2,20
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	165	16,92	22,77	3,15	285,33	0,26
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	4,41	1,04	32,85	158,44	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	3,19	2,52	14,26	93,17	0,54
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,39	0,00	8,55	35,77	0,08
Итого			430	23,08	30,92	37,94	521,91	7,49
II Завтрак								
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	152	0,61	0,46	15,66	71,46	7,60
Итого			152	0,61	0,46	15,66	71,46	7,60
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	61	0,49	0,06	1,52	8,53	6,09
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	2,77	4,83	16,06	122,45	14,58
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	80/70	1,03	4,04	5,94	64,81	1,40
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	8,89	4,72	40,23	238,52	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,10	0,05	11,31	44,04	0,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,21	0,16	7,73	37,21	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,22	0,47	8,39	42,75	0,00
Итого			776	15,71	14,33	91,18	558,31	22,27
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	240	4,74	3,96	17,29	128,79	25,59
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,16	0,02	8,58	38,28	2,98
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,39	0,00	8,55	35,77	0,08
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,02	0,27	12,94	62,26	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,22	0,47	8,39	42,75	0,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	264	1,06	1,06	25,87	124,08	26,40
Итого			567	10,94	7,22	51,71	328,59	29,27
Всего				50,34	52,93	196,49	1 480,27	66,63

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428858

Владелец Ковалева Светлана Александровна

Действителен с 28.10.2024 по 28.10.2025