

Утверждаю



ГБДОУ д/с 77

Ковалева С.А./

МЕНЮ

19 июня 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,10	12,43	14,02	176,49	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,51	9,07	38,47	264,90	0,65
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (аллергии)	205	4,30	2,16	27,39	146,14	0,00
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	210	4,77	3,91	15,27	116,90	0,73
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,39	0,00	8,55	35,77	0,08
Итого			455	14,38	25,41	67,76	558,29	1,38
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	179	0,18	0,36	28,85	120,04	716,67
Итого			179	0,18	0,36	28,85	120,04	716,67
Обед								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	105	15,18	8,20	9,28	171,30	0,48
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	65	1,08	7,66	7,97	105,38	5,15
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	1,92	4,17	11,25	93,34	8,52
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	185	3,02	2,15	13,59	93,16	9,86
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,04	0,00	8,56	34,36	0,01
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,14	0,28	13,69	65,86	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,50	0,97	17,13	87,33	0,00
Итого			821	25,88	23,43	81,47	650,73	24,02
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	140	2,76	4,97	24,23	154,92	0,01
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	205	2,02	0,29	27,13	119,15	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	256	7,55	6,51	12,49	140,59	1,40
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,39	0,00	8,55	35,77	0,08
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,21	2,89	21,95	123,03	0,00
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,72	70,57	15,02
Итого			576	13,12	14,97	73,39	489,11	16,43
Всего				53,56	64,17	251,47	1 818,17	758,50