

Утверждаю

ГБДОУ д/с 77
Ковалева С.А./**МЕНЮ**
29 июля 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	3,99	3,64	11,24	94,43	0,07
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,17	6,79	33,06	214,64	0,53
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	2,29	0,33	28,03	124,21	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,65	2,22	10,99	75,12	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,39	0,00	6,62	28,03	0,08
Итого			415	11,81	12,65	55,29	384,19	1,10
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	177	0,18	0,35	28,44	118,37	706,67
Итого			177	0,18	0,35	28,44	118,37	706,67
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	54	0,60	0,11	2,06	13,02	13,57
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	6,08	5,97	18,68	153,10	5,49
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	210	27,65	8,97	24,14	317,30	19,72
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,68	0,28	19,28	95,17	82,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,24	0,17	7,95	38,24	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,64	0,63	11,24	57,31	0,00
Итого			696	37,89	16,13	83,35	674,14	120,78
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10,41	4,24	2,06	88,01	0,89
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	115	2,41	4,20	15,93	111,41	7,67
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	8,65	36,86	1,20
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	19	1,24	0,17	7,95	38,24	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	55	5,46	1,73	32,25	166,25	0,10
Итого			439	19,64	10,46	66,84	440,77	9,86
Всего				69,52	39,59	233,92	1 617,47	838,41

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 275152970271060640478711546600923288287568428858

Владелец Ковалева Светлана Александровна

Действителен с 28.10.2024 по 28.10.2025