

Утверждаю

ГБДОУ д/с 77
/Ковалева С.А./**МЕНЮ**
8 декабря 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	30	1,37	3,14	16,85	99,93	4,41
2024	TK № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,52
2024	TK № 60	КАША ЖИДКАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ (аллергии)	150	3,37	0,44	26,82	124,55	0,00
2024	TK № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,21	2,64	11,24	82,26	0,59
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	TK № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	99	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
Итого			505	11,85	13,11	55,37	392,32	6,40
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	217	6,45	5,57	10,68	120,19	1,19
2024	TK № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	101	0,40	0,40	9,90	47,47	4,04
Итого			217	6,45	5,57	10,68	120,19	1,19
Обед								
2024	TK № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,01	5,01
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	3,01	3,77	12,06	100,39	6,06
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	220	4,72	6,62	36,43	224,86	17,43
2024	TK № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,00	15,72	62,69	0,00
2024	TK № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,52	0,34	16,16	77,74	0,00
2024	TK № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	27	2,00	0,77	13,71	69,87	0,00
Итого			715	12,70	11,55	95,33	542,56	28,50
Полдник								
2024	TK № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	80	13,69	5,36	8,86	138,13	0,65
2024	TK № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	140	2,66	9,23	17,59	164,70	10,90
2024	TK № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,11	6,16	20,65	154,67	6,11
2024	TK № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	38	2,52	0,34	16,16	77,74	0,00
Итого			498	23,74	21,14	77,46	596,09	17,90
Всего				54,74	51,37	238,84	1 651,16	53,99