

Утверждаю

ГБДОУ д/с 77
/Ковалева С.А./**МЕНЮ**
22 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	1,27	2,91	17,30	99,30	4,99
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	3,77	4,20	21,64	139,49	0,52
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ (аллергики)	150	2,64	0,34	22,12	101,99	0,00
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,95	2,43	10,76	77,38	0,54
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,64	70,64	0,88
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	99	0,40	0,30	10,20	46,53	4,95
Итого			505	11,49	12,67	55,34	386,81	6,93
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	201	5,96	5,13	9,86	110,87	1,10
2024	ТК № 32	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергики)	101	0,40	0,40	9,90	47,47	4,04
Итого			201	5,96	5,13	9,86	110,87	1,10
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	175/15/10	3,11	3,50	11,99	97,39	5,83
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	205	4,47	6,23	33,91	209,86	15,87
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,04	0,00	14,47	57,71	0,00
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	2,16	0,29	13,82	66,48	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,84	0,71	12,63	64,37	0,00
Итого			693	12,02	10,78	88,07	502,81	26,70
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	75	12,96	5,29	8,66	133,79	0,63
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	130	2,46	8,30	16,12	149,52	10,09
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,03	6,04	20,70	153,55	5,88
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33 -	2,16	0,29	13,82	66,48	0,00
Итого			478	22,37	19,97	73,50	564,19	16,84
Всего				51,84	48,55	226,77	1 564,68	51,57

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 86695774623375700579819917695010535788983042358

Владелец Ковалева Светлана Александровна

Действителен с 03.12.2025 по 03.12.2026