

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №142

Савенкова Т.М./

МЕНЮ

15 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	38	1,80	0,70	12,34	62,88	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			423	11,00	11,50	52,94	342,88	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	0,91	0,18	18,36	83,64	3,64
Итого			182	0,91	0,18	18,36	83,64	3,64
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	49	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	3,19	8,34	1,06	91,99	0,56
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	85	17,65	10,07	1,61	188,15	13,07
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	169	0,89	6,65	5,27	84,78	0,88
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	182	0,12	0,12	22,92	106,43	1,11
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	53	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			783	25,83	26,13	55,66	595,35	17,62
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	142	25,12	12,92	22,85	309,31	0,22
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	54	1,07	3,61	7,55	67,10	0,14
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	172	5,13	3,42	8,38	84,58	0,94
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	91	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
Итого			459	32,12	20,15	46,28	498,99	16,50
Всего				69,86	57,96	173,24	1 520,86	38,76