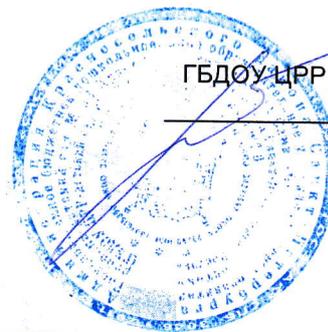


Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ ЦРР детский сад 68
/Титова С.Д./



МЕНЮ

28 апреля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	4,49	4,51	31,23	183,28	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,10	0,00	9,88	39,90	0,02
Итого			428	10,56	12,40	50,52	360,40	1,60
II Завтрак								
2012	368	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	149	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			149	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	70	12,88	12,98	10,51	107,12	0,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,03	4,85	19,70	135,64	9,09
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			729	17,83	19,87	79,38	646,38	14,59
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,20	18,69	33,84	206,04	1,41
2012	304	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	200	21,61	25,88	33,62	453,52	0,63
	ТК №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	0,00	3,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	7,74	2,44	31,02	152,71	0,00
Итого			457	35,18	23,36	78,97	409,75	4,41
Всего				64,17	56,23	223,67	1 482,83	26,60

Медицинская сестра _____

Шеф повар (зав. производством) _____

Мухина А,О