

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №**МЕНЮ**
31 марта 2026 г.**Сад 10 часов**

Сбор- ник рецеп- тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерг е- тичес кая	Вита- мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле- воды,		
Завтрак								
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	100/50	10,50	10,64	3,96	153,66	1,39
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,22	0,01	10,23	43,35	1,45
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,96	3,95	16,66	104,18	0,05
2008	пром.	ГРУША	100	0,36	0,27	9,39	42,87	4,56
Итого			476	12,04	14,87	40,24	344,06	7,45
II Завтрак								
2008	435	ЙОГУРТ 2,5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	110	3,40	3,04	5,47	68,59	0,35
Итого			125	3,40	3,04	5,47	68,59	0,35
Обед								
2008	50	САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	0,81	3,87	10,66	34,19	5,67
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ГОВЯДИНОЙ	200	5,17	5,93	12,71	127,50	5,31
2008	229	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	9,31	4,78	6,78	139,80	1,66
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,90	6,87	24,48	152,80	4,86
2012	375	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	180	0,22	0,09	8,30	36,45	18,10
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,19	0,16	7,61	36,61	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,46	0,95	16,87	85,99	0,00
Итого			706	22,06	22,65	87,41	613,34	35,60
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	30,23	19,99	30,37	431,52	0,40
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,07	0,00	5,85	23,63	0,01
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,71	0,09	4,56	21,96	0,00
Итого			386	31,01	20,08	40,78	477,11	0,41
Всего				68,51	60,64	173,90	#####	43,81

Медицинская сестра _____