

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 10
_____/А.А. Никишина/

МЕНЮ

11 сентября 2025 г.

Сад 10 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7	62	0
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,1	8,2	27,4	208	0,5
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107	0,6
Итого			415	13,1	15,5	50	377	1,1
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1	0,2	17,8	78	1,4
Итого			180	1	0,2	17,8	78	1,4
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,8	7,6	6	96	3,9
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,3	6,6	8,9	116	6
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,1	5,3	20,1	165	0,4
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,5	2	9,8	67	5,9
	ТК№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6			8,4	34	0
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	ТК№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,9	0,8	12,9	66	0
Итого			731	21,3	22,5	76,7	595	16,2
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,9	4	9,8	99	1,1
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,2	7,5	38	15,2
	ТК № 018	ПЕЧЕНЬЕ	40	3	4	34,7	146	0
Итого			340	9,7	8,2	52	283	16,3
Всего				45,1	46,4	196,5	1333	35

Медицинская сестра _____