

Утверждаю

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

МЕНЮ
20 октября 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 ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	205	7,2	8,3	35	262	0,5
	TKN№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	1,1
Итого			428	10,5	12,4	50,5	360	1,6
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,6	0,6	14,8	66	6
Итого			150	0,6	0,6	14,8	66	6
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,4		0,9	7	1
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ	200/10/10	5,1	6,6	8,3	117	2,8
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,1	6,4	3,3	142	0,4
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3	4,8	19,5	134	9
	039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	97	0,9
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
	TKN№004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52	0
Итого			725	17,9	18,7	76,5	600	14,1
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6	4,4	9,8	99	1,1
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	7,8	4,5	31,2	196	0
Итого			260	13,8	8,9	41	295	1,1
Всего				42,8	40,6	182,8	1321	22,8

Медицинская сестра _____