

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 10
_____/Никишина**МЕНЮ**
19 мая 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, г		
Завтрак								
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,34	9,20	26,14	217,54	0,78
2008	433	КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,83	1,45	9,11	57,55	0,24
2012	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,94	3,87	16,32	102,03	0,05
Итого			385	10,11	14,52	51,57	377,12	1,07
Обед								
2008	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,82	6,44	1,86
2023	1007	СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200	3,27	2,00	19,16	132,10	4,93
2012	282	БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,14	9,11	12,92	153,97	0,18
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,29	7,80	18,00	136,45	0,71
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК №002	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,10	0,28	13,44	64,68	0,00
	ТК №005	БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,64	1,02	18,06	92,07	0,00
Итого			717	20,84	20,26	84,40	585,71	7,68
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	130/20	6,43	6,36	25,77	208,44	3,44
2008	434	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,29	4,56	8,75	98,47	0,98
Итого			324	11,72	10,92	34,52	306,91	4,42
Всего				42,67	45,70	170,49	#####	13,17

Медицинская сестра _____