

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 10**МЕНЮ**
22 мая 2026 г.**Сад 10 часов**

| Сбор- ник рецеп- тур | № техн. карты | Наименование блюда | Выход | Химический состав | | | Энерге- тическа я ценнос | Вита- мин С, мг |
|-------------------------------|------------------|--|------------|-------------------|--------------|----------------|-----------------------------------|-----------------------|
| | | | | Белки, г | Жиры, г | Угле- воды, | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 190 | КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ | 150 | 6,44 | 7,37 | 25,80 | 196,30 | 0,79 |
| 2008 | 430 | ЧАЙ С САХАРОМ | 200 | 0,14 | 0,00 | 8,92 | 36,21 | 0,03 |
| 2012 | 3 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ | 35 | 4,20 | 5,15 | 10,13 | 93,99 | 0,10 |
| | TK №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 15 | 1,11 | 0,43 | 7,64 | 38,95 | 0,00 |
| 2008 | пром. | АПЕЛЬСИН | 100 | 0,89 | 0,20 | 8,03 | 42,63 | 59,49 |
| Итого | | | 499 | 12,78 | 13,15 | 60,52 | 408,08 | 60,41 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2008 | 435 | ЙОГУРТ 2.5% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ | 110 | 3,39 | 3,03 | 5,46 | 68,42 | 0,85 |
| Итого | | | 110 | 3,39 | 3,03 | 5,46 | 68,42 | 0,85 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2008 | 48 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ | 50 | 2,04 | 4,66 | 6,01 | 91,05 | 2,99 |
| 2012 | 83 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | 200 | 4,07 | 4,20 | 16,39 | 125,01 | 4,66 |
| 2012 | 291 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ | 200/15 | 11,33 | 10,67 | 34,34 | 214,58 | 7,12 |
| 2008 | 441 | НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА | 200 | 0,77 | 0,31 | 15,76 | 84,36 | 13,32 |
| | TK №002 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,65 | 51,27 | 0,00 |
| | TK №005 | БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ | 25 | 1,84 | 0,71 | 12,64 | 64,44 | 0,00 |
| Итого | | | 715 | 21,71 | 20,77 | 95,79 | 630,71 | 28,09 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2012 | 406 | ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ | 150 | 2,64 | 2,25 | 18,32 | 104,43 | 10,02 |
| 2012 | 394 | ЧАЙ С МОЛОКОМ | 200 | 2,56 | 2,80 | 12,94 | 68,00 | 0,58 |
| 2012 | 479 | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ | 50 | 1,86 | 2,03 | 18,43 | 119,30 | 0,00 |
| Итого | | | 400 | 7,06 | 7,08 | 49,69 | 291,73 | 10,60 |
| Всего | | | | 44,94 | 44,03 | 211,46 | 1 398,94 | 99,95 |

Медицинская сестра _____