

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 10**МЕНЮ**

8 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 ТУШЕННЫЕ	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 _____