



Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

23 сентября 2025 г.

Сад 12 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,92	3,63	10,47	90,86	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	5,94	6,20	29,83	199,06	0,40
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	12,19	14,53	51,97	372,86	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ В АСС.	183	0,92	0,18	18,50	78,78	3,66
Итого			183	0,92	0,18	18,50	78,78	3,66
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	45	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,08	3,38	17,07	115,42	6,59
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200/10/1	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	185	17,95	19,53	20,46	330,15	17,39
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
Итого			655	25,63	24,00	78,13	633,97	100,98
Полдник								
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,67	4,55	17,33	118,21	8,91
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	130	2,16	5,29	17,59	126,69	8,90
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	65	7,47	0,41	0,27	129,96	0,81
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	60	8,26	0,32	0,42	37,46	0,39
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	14	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,14	0,14	9,17	39,40	1,44
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,76	1,58	27,69	143,87	0,10
Итого			439	16,04	6,80	60,86	462,44	11,26
Всего				54,78	45,51	209,46	1 548,05	116,90