

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

12 декабря 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,58	3,01	20,11	112,59	5,44
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	3,87	0,91	26,90	131,23	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			431	6,68	9,81	56,41	378,59	5,94
II Завтрак								
2008		БАНАН СВЕЖИЙ	110	1,65	0,55	23,09	105,54	10,99
Итого			110	1,65	0,55	23,09	105,54	10,99
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	41	0,32	0,00	1,04	5,60	1,60
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20	5,30
	14-20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (аллергики)	200/10	3,65	3,85	10,91	92,92	5,50
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	3,96	3,37	19,21	120,58	0,00
2008	129	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (аллергики)	90	1,28	0,18	12,63	57,73	6,80
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	65	10,12	10,53	2,59	145,88	0,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
	ТК№033	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,35	0,08	14,89	62,24	0,00
Итого			672	24,03	22,43	74,33	572,50	7,30
Полдник								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,61	2,20	1,14	34,66	1,44
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	16,10	15,18	15,55	199,00	7,91
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	31	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,34	3,23	30,26	167,22	0,00
Итого			447	23,09	20,85	68,07	496,08	9,35
Всего				55,45	53,64	221,90	1 552,71	33,58