

Утверждаю



Заведующий
ГБДОУ №14
Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

14 июля 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,53	4,91	10,32	91,69	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	5,06	6,17	26,42	181,39	0,14
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	205	5,94	6,20	29,83	199,06	0,40
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,54	1,62	8,31	54,21	0,12
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	8,13	12,70	45,05	327,29	0,26
II Завтрак								
	ТК№00 2	ГРУША СВЕЖАЯ	154	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			154	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	53	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	3,67	4,21	8,37	86,21	3,58
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	175	3,57	5,26	21,99	150,17	10,03
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	165	2,69	5,34	20,62	141,80	9,92
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	90	13,44	14,46	4,42	201,27	0,45
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	80	10,68	0,41	0,51	48,25	0,48
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			776	24,38	24,73	65,08	583,55	16,16
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	21,17	23,79	32,68	430,17	1,47
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	5,56	2,62	26,19	150,81	0,06
Итого			460	33,97	28,64	72,98	785,88	4,53
Всего				67,08	66,57	198,61	1 767,22	23,95