

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №14
/Кузьма Л. Д./

МЕНЮ

2 июня 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	1,50	4,63	10,18	88,50	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	6,34	6,86	28,87	203,23	0,54
2008	323	ША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	205	4,79	6,12	50,14	273,98	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			428	7,96	11,49	47,57	327,73	1,64
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	152	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			152	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	49	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200/10/1	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,00	4,80	19,50	134,30	9,00
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ БЕЗ МОЛОКА (аллергики)	150	2,43	5,72	18,57	136,09	8,95
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	85	6,34	6,66	3,43	130,00	0,42
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	85	11,62	0,45	0,47	52,12	0,49
	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№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,14	0,10	9,23	38,87	0,69
Итого			729	18,06	20,06	64,94	592,07	14,31
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	195	21,35	23,42	32,52	426,72	1,40
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (аллергики)	205	21,65	21,62	22,37	370,49	11,31
	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"	50	5,62	2,73	23,73	142,12	0,05
Итого			450	34,21	28,38	70,36	773,74	4,45
Всего				60,83	60,53	197,67	1 759,84	26,40