

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ №35

Архипова Е.А./

МЕНЮ

24 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,25	6,62	9,60	66,24	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,05	5,38	29,93	171,61	0,12
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,68	2,23	10,02	70,55	0,48
	К/К	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	6,16	24,63	0,00
	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	2,06	5,05	29,73	167,86	0,11
Итого			615	13,99	21,90	76,35	507,65	1,09
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	0,00	0,00	18,36	72,73	3,64
Итого			182	0,00	0,00	18,36	72,73	3,64
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	46	0,38	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	3,51	4,23	12,51	102,34	6,77
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	15,49	9,01	3,13	172,18	11,76
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	140	2,07	6,72	13,15	121,75	4,87
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,10	0,10	8,89	37,41	1,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00
Итого			708	25,47	21,05	64,58	567,78	26,40
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	105	18,23	9,27	16,58	227,63	0,21
	К/К	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	200	2,05	5,38	29,93	171,61	0,12
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,90	2,30	6,50	39,00	0,10
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,23	4,36	8,20	92,41	0,94
	К/К	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,00	0,00	6,16	24,63	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	83	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,10	8,33	36,46	235,86	0,01
Итого			478	29,26	24,46	75,24	632,90	16,46
Всего				68,72	67,41	234,53	1 781,06	47,59