

Утверждаю



10. Заведующий

ГБДОУ ЦРР детский сад 68

/Титова С.Д./

# МЕНЮ

14 июля 2025 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Вита-мин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
	TKN№043	КАКАО С МОЛОКОМ	230	4,83	4,06	19,81	135,89	0,76
<b>Итого</b>			<b>465</b>	<b>14,07</b>	<b>16,16</b>	<b>53,81</b>	<b>400,89</b>	<b>1,26</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	177	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
<b>Итого</b>			<b>177</b>	<b>0,96</b>	<b>0,24</b>	<b>17,80</b>	<b>78,00</b>	<b>1,44</b>
<b>Обед</b>								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	205	3,40	6,35	27,70	181,92	0,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	250/10/5	7,45	6,02	36,48	233,75	6,07
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	90	11,31	5,94	22,51	184,80	0,45
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	180	3,14	2,00	13,94	93,68	11,27
	TKN№035	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	TK №016	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №021	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>976</b>	<b>28,88</b>	<b>21,26</b>	<b>132,53</b>	<b>845,15</b>	<b>17,79</b>
<b>Полдник</b>								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	160	28,53	14,67	25,95	351,29	0,25
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	294	8,82	5,88	14,41	145,38	1,62
	TK №052	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	108	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	TKN№018	ПЕЧЕНЬЕ	29	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
<b>Итого</b>			<b>591</b>	<b>40,43</b>	<b>23,75</b>	<b>73,86</b>	<b>645,67</b>	<b>17,07</b>
<b>Всего</b>				<b>84,34</b>	<b>61,41</b>	<b>278,00</b>	<b>1 969,71</b>	<b>37,56</b>

Медицинская сестра \_\_\_\_\_

Шеф повар (зав. производством) \_\_\_\_\_

Мухина А,О