

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №35

/Соколова М. А./

МЕНЮ

15 декабря 2025 г.

Сад 10 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	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193	0,06	0,01	6,01	25,53	1,12
Итого			428	10,50	12,41	48,01	349,93	1,62
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			150	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	220	4,95	6,62	8,43	117,99	3,51
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	142,00	0,40
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,96	4,89	19,45	134,23	9,05
	039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	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
Итого			725	17,71	18,83	76,56	600,96	14,86
Полдник								
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,40	9,80	99,00	1,11
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	60	7,85	4,35	30,94	194,72	0,08
Итого			260	13,85	8,75	40,74	293,72	1,19
Всего				42,66	40,59	180,11	1 310,91	23,67

Мед. сестра



Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад №35

/Соколова М. А./

МЕНЮ

15 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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	262,40	0,50
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,06	0,01	6,01	25,52	1,12
Итого			428	10,50	12,41	48,01	349,92	1,62
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,58	0,58	14,26	68,40	6,00
Итого			150	0,58	0,58	14,26	68,40	6,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,19	4,74	7,52	89,56	3,19
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00	0,40
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,96	4,89	19,47	134,33	9,06
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	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
Итого			725	16,95	16,95	75,67	555,63	14,55
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	3,31	7,74	33,38	216,62	0,68
	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	0,00	3,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,68	2,75	17,36	113,23	0,05
Итого			455	15,23	12,72	64,85	380,85	3,73
Всего				43,26	42,66	202,79	1 354,80	25,90

Мед. сестра

