

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №111 (основной)
Дударева Н.И./



МЕНЮ

25 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	3,43	4,35	7,42	65,72	0,00
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	6,54	9,47	23,83	206,07	0,49
2004	297	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,47	7,07	38,38	250,64	0,00
	TKN№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	12,77	16,22	43,95	355,79	0,99
II Завтрак								
	TK №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	134	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Итого			134	0,60	0,60	14,80	66,30	6,00
Обед								
	TKN№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	1,00
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	3,99	5,66	7,44	97,10	4,79
2004	135	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	200	6,85	9,92	7,64	147,41	5,95
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,32	1,08	1,30	15,98	0,00
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	16,15	0,61	0,46	71,70	0,61
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	50	14,68	12,57	0,30	172,78	0,12
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	3,04	4,75	20,24	139,65	9,79
	TKN№024	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,08	0,01	8,09	33,04	1,03
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			743	27,16	12,91	59,33	467,37	17,22
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	13,70	11,87	11,96	210,32	15,83
	TKN№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	0,70
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,43	8,82	35,57	196,98	5,49
	TKN№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			540	21,05	23,43	80,13	583,00	22,32
Всего				61,58	53,16	198,21	1 472,46	46,53