

Утверждаю

заведующий
ГБДОУ детский сад № 105

МЕНЮ
15 сентября 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	40	4,24	5,37	9,17	81,22	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	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			438	11,56	13,67	52,69	379,62	1,60
II Завтрак								
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Итого			150	0,60	0,60	14,70	70,50	15,00
Обед								
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	52	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,91	5,93	9,92	116,64	4,29
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	12,97	12,07	3,62	175,02	0,26
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	165	3,30	5,28	21,45	147,73	9,90
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	29	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			759	25,88	24,20	80,37	646,13	16,35
Полдник								
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	210	20,80	19,24	34,84	212,16	1,46
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	33	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	65	9,12	2,87	36,55	179,93	0,00
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00
Итого			488	32,02	22,31	88,99	545,09	1,46
Всего				70,06	60,78	236,75	1 641,34	34,41

Шеф повар (зав. производством) _____

Швец Н.Н.