

Утверждаю

заведующий
ГБДОУ детский сад № 105

МЕНЮ
13 ноября 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	3,08	3,90	6,65	58,90	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	180	3,84	3,23	15,76	108,07	0,61
Итого			415	12,92	15,13	49,41	369,97	1,11
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Итого			180	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,78	7,45	5,88	94,08	3,82
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,23	6,42	7,99	109,29	5,20
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,12	6,46	6,23	123,82	0,24
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	165	2,63	2,11	12,23	85,34	7,90
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			752	21,34	23,39	64,23	563,53	17,16
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	21,38	14,30	20,88	303,86	0,23
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	203	6,06	4,04	9,90	99,89	1,11
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	92	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
	TKN№018	ПЕЧЕНЬЕ	43	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00
Итого			458	30,52	21,54	64,28	552,75	16,54
Всего				65,74	60,30	195,72	1 564,25	36,25

Шеф повар (зав. производством) _____ Швец Н.Н.