

Утверждаю

Заведующая

ГБДОУ №2

/Модок И.С./

МЕНЮ

10 марта 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	32	1,47	2,21	16,59	71,40	1,89
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	7,20	8,30	35,00	226,40	0,50
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
Итого			417	11,47	12,91	64,29	381,80	2,89
II Завтрак								
2008	442	СОК ФРУКТОВЫЙ	181	0,90	0,18	18,24	77,65	3,61
Итого			181	0,90	0,18	18,24	77,65	3,61
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	51	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,06	4,02	20,85	139,94	3,07
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	75	7,99	15,13	7,43	151,62	0,19
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,65	2,93	11,20	82,31	8,40
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	179	0,12	0,12	22,70	105,40	1,10
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			695	19,80	23,15	86,98	603,27	14,76
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,50	12,60	10,20	104,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,94	3,22	19,54	119,58	9,15
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	103,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
Итого			465	26,48	25,15	68,65	531,48	12,15
Всего				58,65	61,39	238,16	1 594,20	33,41

Медицинская сестра _____ Митрофанова Л.В.