

Утверждаю

Заведующая

ГБДОУ №2

/Модок И.С./

**МЕНЮ**

13 марта 2025 г.

Сад 12 часов

| Сбор-<br>ник<br>рецеп-<br>тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                       | Выход    | Химический состав |         |                  | Энерге-<br>тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-<br>мин<br>С, мг |
|-------------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|----------|-------------------|---------|------------------|------------------------------------------|-----------------------|
|                               |                     |                                                          |          | Белки, г          | Жиры, г | Угле-<br>воды, г |                                          |                       |
| Завтрак                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                       | 30       | 3,24              | 4,10    | 7,00             | 62,00                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 189                 | КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС"<br>ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ     | 205      | 6,70              | 9,70    | 24,40            | 211,00                                   | 0,50                  |
|                               | TKN№028             | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                               | 180      | 2,80              | 2,40    | 12,70            | 84,00                                    | 0,50                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 415      | 12,74             | 16,20   | 44,10            | 357,00                                   | 1,00                  |
| II Завтрак                    |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | TKN№020             | БАНАН СВЕЖИЙ                                             | 100      | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    | 4,02                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 100      | 1,50              | 0,50    | 21,00            | 96,00                                    | 4,02                  |
| Обед                          |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
|                               | TKN№017             | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ                                          | 49       | 0,38              | 0,00    | 0,90             | 6,50                                     | 1,00                  |
| 2012                          | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И<br>КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И<br>СМЕТАНОЙ | 200/10/5 | 4,25              | 6,49    | 8,23             | 111,28                                   | 5,53                  |
| 2008                          | 228                 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ                                     | 83       | 15,14             | 0,52    | 0,00             | 169,95                                   | 0,62                  |
| 2012                          | 354                 | СОУС СМЕТАННЫЙ                                           | 20       | 0,31              | 1,02    | 1,22             | 15,10                                    | 0,00                  |
| 2008                          | 335                 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                        | 150      | 3,16              | 5,08    | 21,36            | 144,26                                   | 10,36                 |
|                               | TKN№038             | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                            | 180/6/7  | 0,12              | 0,00    | 8,52             | 36,00                                    | 1,10                  |
|                               | TK<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 25       | 1,70              | 0,20    | 10,60            | 51,00                                    | 0,00                  |
|                               | TK<br>№004          | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ                                        | 20       | 1,50              | 0,60    | 10,30            | 52,40                                    | 0,00                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 755      | 26,56             | 13,91   | 61,13            | 586,49                                   | 18,61                 |
| Полдник                       |                     |                                                          |          |                   |         |                  |                                          |                       |
| 2012                          | 298                 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                          | 180      | 14,28             | 12,58   | 12,87            | 225,47                                   | 18,18                 |
|                               | TKN№047             | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ                                    | 180      | 0,12              | 0,12    | 21,70            | 88,20                                    | 0,70                  |
|                               | TK<br>№003          | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ<br>ОБОГАЩЕННЫЙ                      | 15       | 1,00              | 0,12    | 6,40             | 31,00                                    | 0,00                  |
|                               | TKN№005             | ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.                                       | 123      | 2,45              | 1,84    | 3,68             | 58,92                                    | 0,86                  |
| Итого                         |                     |                                                          | 498      | 17,85             | 14,66   | 44,65            | 403,59                                   | 19,74                 |
| Всего                         |                     |                                                          |          | 58,65             | 45,27   | 170,88           | 1 443,08                                 | 43,37                 |

Медицинская сестра \_\_\_\_\_ Митрофанова Л.В.