

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №31
/Лобанова Е.С./

МЕНЮ
18 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	31	3,53	7,18	10,40	71,76	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
Итого			416	11,80	18,08	51,90	353,76	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	186	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Итого			186	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ	200/10/1	5,12	4,76	17,52	133,49	6,50
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	216	20,84	22,68	23,76	383,40	20,20
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ	49	0,89	2,47	2,31	35,18	0,13
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			740	30,45	31,00	84,19	740,47	103,83
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	71	8,38	0,46	0,30	145,84	0,91
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	137	2,84	4,83	18,38	125,37	9,45
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	51	4,79	1,60	28,33	146,86	0,10
Итого			454	17,13	7,13	75,13	537,27	11,86
Всего				60,34	56,45	229,02	1 709,50	120,99

Ответственный _____ Филиппова Ю.В.