



Заведующий
ГБДОУ детский сад № 116
Сотникова Р.Р./

МЕНЮ

30 декабря 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	30	1,70	2,90	7,30	69,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	210	5,07	6,80	27,90	205,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (аллергики)	210	2,05	4,49	25,27	149,67	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			420	9,97	12,50	48,80	351,00	1,00
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	183	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			183	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Обед								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	49	0,60	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	2,36	2,40	17,35	100,64	7,15
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200/10/1	2,57	2,87	19,08	112,66	7,99
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	190	25,44	8,46	22,45	294,72	18,45
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	220	4,49	7,65	29,09	198,50	14,96
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			665	31,50	11,95	80,40	583,76	102,60
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,13	0,45	0,29	141,51	0,88
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ (аллергики)	70	12,42	0,42	0,00	139,39	0,51
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	2,92	4,97	18,90	128,95	9,72
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	140	2,92	4,97	18,90	128,95	9,72
	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	50	4,63	1,65	27,06	141,39	0,10
Итого			455	16,80	7,31	74,37	531,05	12,10
Всего				59,23	32,00	221,37	1 543,81	120,00

Медицинская сестра

Ломаченко И.В.