

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №112
/Коновалова М.Е./

МЕНЮ

19 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,29	2,95	16,26	95,60	4,40
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ	150	2,79	2,77	22,30	125,13	0,00
2024	ТК № 60	КАША ЖИДКАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ (аллергики)	150	2,80	2,77	22,60	126,34	0,00
2024	ТК № 61	ЧАЙ С МОЛОКОМ	201	0,13	0,00	6,07	24,78	0,02
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,26	0,00	6,35	26,43	0,05
2024	ТК № 11	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,51	56,51	0,70
2012	368	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	100	0,40	0,30	10,29	46,95	5,00
Итого			481	7,01	8,22	49,14	302,02	5,12
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	150	0,60	0,45	15,45	70,50	7,50
Итого			200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Обед								
2024	ТК № 62	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	80	БОРЩ СИБИРСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	174/15/10	7,11	7,17	11,05	142,32	5,93
2012	291	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	201	16,41	16,49	33,41	347,78	15,87
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	6,78	27,09	0,00
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			690	28,16	24,84	80,63	663,98	26,80
Полдник								
2024	ТК № 63	РУЛЕТ ИЗ РЫБЫ	69	11,45	5,21	8,40	126,08	0,60
2024	ТК № 64	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА)	129	2,47	8,39	16,37	151,52	12,74
2024	ТК № 65	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,76	0,05	14,20	60,85	0,24
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,03	6,01	20,61	152,78	6,05
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39	0,00
Итого			473	21,03	19,97	74,42	562,62	19,63
Всего			56,20	53,03	204,19	1 528,62	51,55	