

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ №112
/Коновалова М.Е./

МЕНЮ

15 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
Завтрак								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,82	3,53	10,28	88,80	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,00
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА" (аллергики)	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,73	3,08	11,22	85,42	0,00
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	11,00
Итого			460	10,82	11,83	51,91	360,86	11,07
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
	ТК№002	ГРУША СВЕЖАЯ (аллергики)	150	0,60	0,50	15,50	70,50	3,00
Итого			200	2,79	5,00	13,07	90,76	1,10
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНОУКРОПА	180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47	0,00
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	69	10,19	10,34	7,26	164,82	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕЊЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			694	19,16	20,69	90,49	629,66	2,62
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	201	8,53	7,18	33,46	248,12	14,63
2012	304	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ (аллергики)	201	20,00	18,50	33,50	204,00	1,40
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	3,60
2014	266	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,20	0,00	6,30	26,10	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	5,46	8,83	13,69	162,95	0,00
Итого			466	16,55	16,41	75,93	539,46	18,23
Всего				49,32	53,93	231,40	1 620,74	33,02