

МЕНЮ

26 июня 2025 г.

Сад 12 часов



Заведующий
ГБДОУ №106
Макеева Л.Г./

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	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	1,63	8,86	10,94	130,15	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	0,50
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергии)	200	4,90	6,50	30,00	198,10	0,50
	TKN043	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,91	3,30	16,07	110,21	0,62
	TKN035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
Итого			420	11,54	20,16	54,01	443,36	1,12
II Завтрак								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	182	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
2008		ГРУША СВЕЖАЯ (аллергии)	135	0,54	0,41	13,91	63,45	6,75
Итого			182	0,96	0,24	17,80	78,00	1,44
Обед								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,10	5,16	0,24	47,86	0,95
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,48	6,01	6,19	99,84	2,62
2008	84	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И МЯСОМ ИНДЕЙКИ (аллергии)	200/10	3,37	5,07	1,17	63,88	0,49
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	85	10,61	5,57	21,11	173,25	0,42
2008	338	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ С МЯСОМ ИНДЕЙКИ (аллергии)	195	8,42	12,72	4,23	165,56	1,70
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,19	2,17	10,07	75,40	2,05
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
	TK №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,56	0,18	9,75	46,92	0,00
	TK №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,65	0,66	11,35	58,08	0,00
Итого			729	20,59	19,75	67,11	535,35	6,04
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	115	20,48	12,86	20,21	284,75	0,22
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ МЯСА ИНДЕЙКИ (аллергии)	45	10,28	13,31	0,40	162,62	0,20
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	130	2,49	4,54	20,32	132,28	10,27
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	212	6,36	4,24	10,39	104,83	1,17
	TKN035	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60	0,00
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	97	0,80	0,20	7,50	38,00	15,20
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ (аллергии)	74	0,30	0,30	7,24	34,74	7,39
	TKN018	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,82	2,31	17,97	100,08	0,00
Итого			579	31,95	24,15	76,39	659,94	26,86
Всего				65,04	64,30	215,31	1 716,65	35,46