

Утверждаю

ЗАВЕДУЮЩАЯ
ГБДОУ Детский сад №22
_____/НИКОЛАЕНКО Н.Е./**МЕНЮ**

02 июля 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								
2014	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	2,21	5,68	15,01	120,16	0,00
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,26	5,30	26,71	175,37	0,47
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,27	2,56	12,35	86,30	0,55
Итого			420	10,74	13,54	54,07	381,83	1,02
II Завтрак								
2008	435	РЯЖЕНКА	180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
Итого			180	5,22	4,50	7,56	97,20	0,54
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,24	6,97	4,98
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	5,58	5,28	11,76	117,20	5,91
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70	11,04	8,24	2,68	128,86	0,32
2008	349	РАГУ ОВОЩНОЕ (1-Й ВАРИАНТ)	150	2,47	6,98	12,33	122,95	9,86
2008	401	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,50	0,16	24,21	102,55	0,27
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
2008		БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,00
Итого			730	24,24	21,88	80,34	618,33	21,34
Уплотненный полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/13	26,60	13,60	33,00	376,36	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
2008		ПРЯНИК	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,60	8,00
Итого			473	34,60	20,42	73,12	633,76	9,09
Всего				74,80	60,34	215,09	1 731,12	31,99

ШЕФ. ПОВАР _____

ШАХРАЙ О.А.