

Утверждаю

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

МЕНЮ
04 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								
2008	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,86	3,12	22,57	124,13	2,40
2008	190	КАША "ДРУЖБА"	180	5,42	7,92	23,95	189,59	0,70
2014	267	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,08	2,48	11,71	82,19	0,57
Итого			420	10,36	13,52	58,23	395,91	3,67
II Завтрак								
2008	435	КЕФИР	180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Итого			180	5,22	4,50	7,20	95,40	1,26
Обед								
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	0,83	4,01	4,87	58,81	2,28
2008	91	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/10	5,40	6,22	13,51	136,55	5,37
2012	308	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ПТИЦЫ	70	12,79	10,57	7,12	175,03	0,58
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,33	2,02	10,73	76,88	2,97
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,54	0,00	29,70	122,40	10,80
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19	0,00
2008		БАТОН	35	2,63	1,02	17,99	91,70	0,00
Итого			745	26,51	24,10	96,64	722,56	22,00
Уплотненный полдник								
2008		ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,05	1,25	7,00	5,00
2008	258	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	14,97	14,55	12,89	242,42	6,68
2008	439	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,13	0,05	5,74	26,14	1,50
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2008		ПЕЧЕНЬЕ	40	3,00	3,92	29,76	166,80	0,00
2008		ГРУША	75	0,30	0,22	7,72	35,25	3,75
Итого			510	20,46	19,01	67,96	528,60	16,93
Всего				62,55	61,13	230,03	1 742,47	43,86

ШЕФ. ПОВАР _____ ШАХРАЙ О.А.