

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Лялина Л.В./**МЕНЮ**
1 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	1 / 1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,40	4,31	7,35	65,10	0,00
2008	189 / 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	7,06	8,13	34,30	257,15	0,49
2012	ТК№038 / 4	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00	1,10
Итого			423	10,58	12,44	50,17	358,25	1,59
II Завтрак								
2012	ТК №010 / 23	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	148	0,60	0,60	14,89	66,68	6,03
Итого			148	0,60	0,60	14,89	66,68	6,03
Обед								
2012	ТК№017 / 27	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	38	0,38	0,00	0,88	6,50	1,00
2012	85/120 / 37	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	5,00	7,70	11,00	179,00	3,20
2012	85/120 / 37 (А)	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергии)	200/10/1	1,87	1,57	11,66	68,38	5,51
2012	268 / 46	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	5,92	6,21	3,20	121,25	0,39
2012	322 / 54	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	155	3,12	4,99	20,28	139,67	9,36
2008	333 / 75 (А)	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	155	3,00	4,29	24,42	148,54	12,36
2012	ТК№039 / 17	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84	0,90
2022	ТК №003 / 19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №004 / 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
Итого			718	17,74	19,82	79,86	646,66	14,85
Полдник								
2012	ТК№022 / 8	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
2004	685	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	165	0,08	0,00	10,81	43,53	0,02
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	205	20,40	18,87	34,17	208,08	1,43
2008	479 / 61	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	55	4,73	2,53	17,28	111,20	0,05
2022	ТК №003 / 19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
Итого			463	32,37	23,63	65,56	524,18	4,48
Всего				61,29	56,49	210,48	1 595,77	26,95

Шеф повар

Прудникова О.П.