

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Лялина Л.В/

МЕНЮ

20 февраля 2026 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	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	4,09	3,78	11,00	95,02	0,07
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	2,31	4,98	21,41	141,04	0,00
2008	323	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	10,91	6,45	66,78	368,80	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	185	3,80	3,14	11,44	87,13	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,08	0,00	16,04	64,44	0,02
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	106	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			471	11,16	12,14	52,85	368,79	0,07
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	204	2,85	5,10	13,33	92,58	0,00
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180	0,08	0,00	16,04	64,44	0,02
Итого			204	2,85	5,10	13,33	92,58	0,00
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	47	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	195/8/12	3,47	7,58	26,05	178,18	0,00
2008	75	БОРЩ (аллергии)	180	7,55	7,46	10,50	140,08	16,51
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	10,29	10,44	7,33	166,47	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	2,91	2,71	35,09	186,84	0,00
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (аллергии)	155	5,76	4,56	36,93	211,92	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,04	0,03	7,20	27,94	0,12
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	22	1,32	0,18	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	16	1,12	0,43	7,71	39,30	0,00
Итого			710	19,55	21,42	92,71	646,02	2,62
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	205	8,79	7,40	34,46	255,56	15,07
2008	442	СОК В АССОРТИМЕНТЕ	184	0,90	0,18	18,18	77,40	0,00
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	28	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	65	5,73	9,27	14,37	171,10	0,00
Итого			482	17,08	17,07	77,61	555,05	15,07
Всего				50,64	55,73	236,50	1 662,44	17,76

Шеф повар

Прудникова О.П.