

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ № 39
/Лялина Л.В./**МЕНЮ**
26 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	2 / 3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	50	2,45	3,61	27,22	117,00	3,10
2008	189 / 31	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00	0,50
2008	323 / 31 (А)	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	4,47	6,26	47,23	263,12	0,00
2012	392 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			441	7,55	10,41	63,52	383,00	3,60
II Завтрак								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	232	1,16	0,23	23,42	106,67	4,64
2004	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	230	0,07	0,00	15,31	61,44	0,01
Итого			232	1,16	0,23	23,42	106,67	4,64
Обед								
2012	33 / 29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	65	1,02	3,71	5,12	58,37	2,43
2012	73 / 45	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,76	8,93	15,13	167,27	7,46
2008	89 / 45 (А)	РАССОЛЬНИК (аллергики)	200	5,39	7,32	15,03	148,55	7,48
2012	310 / 53	СУФЛЕ КУРИНОЕ	85	13,65	15,93	3,01	209,72	0,58
2012	205 / 58	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	195	5,24	4,45	25,41	159,56	0,00
2012	ТК№047 / 13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20	0,70
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	34	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			801	29,37	34,09	93,89	800,12	11,17
Полдник								
2022	ТК№011 / 26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	58	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276 / 66	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	190	22,05	20,79	21,29	272,54	10,84
2012	ТК№044 / 10	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00	0,30
2022	ТК №19	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	32	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464 / 63	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	55	4,33	8,09	28,27	193,00	0,00
Итого			515	29,08	29,12	88,28	634,34	12,74
Всего				67,16	73,85	269,11	1 924,13	32,15

Шеф повар

Прудникова О.П.