

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 39
И.О. Скоморохова А.Б./**МЕНЮ**
8 августа 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	35	1,62	2,38	17,94	77,10	2,04
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 (аллергии)	150	3,66	2,46	38,62	191,22	0,00
2012	392 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			426	6,72	9,18	54,24	343,10	2,54
II Завтрак								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	178	0,89	0,18	17,93	81,68	3,55
2004	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	185	0,12	0,00	12,25	49,45	0,02
Итого			178	0,89	0,18	17,93	81,68	3,55
Обед								
2012	33 / 29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,84	3,05	4,20	47,88	2,00
2012	73 / 45	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	2,57	4,74	2,27	67,35	0,92
2008	89 / 45 (А)	РАССОЛЬНИК (аллергии)	200	2,20	3,07	1,94	44,72	0,93
2012	310 / 53	СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,24	11,80	1,39	152,56	0,40
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергии)	25	4,35	4,90	4,14	78,32	0,00
2012	205 / 58	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	3,48	2,96	16,88	105,97	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	20	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	21	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			681	20,83	23,62	69,96	578,96	4,02
Полдник								
2022	ТК№011 / 26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	44	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276 / 66	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	115	10,54	10,33	0,77	138,04	0,38
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	24	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464 / 63	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	40	3,00	5,61	19,59	133,75	0,00
Итого			403	16,24	16,18	59,08	440,59	2,28
Всего				44,68	49,16	201,21	1 444,33	12,39

повар

Прудникова О.П.