

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ № 39

/И.О. Скоморохова А.Б./

МЕНЮ

25 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								
2012	2 / 3	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	2,01	2,97	22,37	96,14	2,54
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	3,79	5,57	40,05	225,59	0,00
2012	392 / 6	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			431	7,11	9,77	58,67	362,14	3,04
II Завтрак								
2008	442 / 22	СОК ЯБЛОЧНЫЙ ПРОМЫШЛЕННОГО ПРОИЗВОДСТВА	171	0,85	0,17	17,24	78,54	3,41
2004	685 / 6 (А)	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,08	0,00	11,78	47,40	0,02
Итого			171	0,85	0,17	17,24	78,54	3,41
Обед								
2012	33 / 29	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	55	0,90	3,28	4,52	51,53	2,15
2012	73 / 45	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	2,98	6,72	1,84	82,38	0,87
2008	89 / 45 (А)	РАССОЛЬНИК (аллергики)	200	2,78	4,96	1,71	63,08	0,87
2012	310 / 53	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,72	12,23	2,21	161,72	0,42
2008	272 / 65 (А)	КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА) (аллергики)	40	5,99	6,75	5,70	107,83	0,00
2012	205 / 58	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	145	3,84	3,26	18,62	116,93	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	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2022	ТК №20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	26	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			716	22,14	26,56	72,41	617,76	4,14
Полдник								
2022	ТК№011 / 26	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60	1,60
2012	276 / 66	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	140	13,31	12,82	0,64	170,90	0,32
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	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
2008	464 / 63	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	45	3,53	6,60	23,06	157,45	0,00
Итого			435	19,54	19,66	62,42	497,15	2,22
Всего				49,64	56,16	210,74	1 555,59	12,81

повар

Прудникова О.П.