

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ детский сад №36

Т.А.Чепурина/

МЕНЮ

23 января 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	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2024	ТК № 22	КАША "ДРУЖБА"	150	5,03	7,43	22,44	177,60	0,00
2024	ТК № 23	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,74	3,08	11,26	88,83	0,00
2024	ТК№ 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,96	0,24	9,00	45,60	0,00
Итого			460	13,12	17,65	52,70	381,03	0,00
II Завтрак								
2012	400	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ	200	5,94	5,12	9,83	110,55	0,00
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
Итого			200	5,94	5,12	9,83	110,55	0,00
Обед								
2024	ТК № 25	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА	180/8/12	3,18	6,95	23,90	163,47	0,00
2024	ТК № 26	СВЕКОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА (аллергики)	190/8/12	4,99	7,70	16,77	156,60	7,57
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	70	11,08	10,93	9,73	181,61	0,00
2012	289	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	55	5,67	4,89	0,00	66,55	0,00
2011	309	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	15,06	3,31	96,49	476,39	0,00
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	150	1,71	4,25	22,65	135,58	0,00
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,06	0,00	0,13	0,72	0,01
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,14	0,00	6,09	24,86	0,03
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,33	0,17	8,48	40,79	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30	0,00
Итого			695	32,24	21,85	147,29	908,78	2,51
Полдник								
2024	ТК № 27	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	8,53	7,18	33,46	248,12	14,63
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40	0,00
2024	ТК № 4	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99	0,00
2024	ТК № 29	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	7,49	4,81	30,09	194,35	0,04
Итого			465	18,58	12,39	92,33	570,86	14,67
Всего				69,88	57,01	302,15	1 971,22	17,18