

Утверждаю

Заведующий

ГБОУ "Радуга" Конная, д.9

/Н.Н. Тимофеева /



МЕНЮ

13 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	40	4,52	5,50	13,30	120,80	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3,57	4,15	27,90	162,80	0,00
	ТК№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	92,40	0,00
Итого			420	11,29	12,45	54,80	376,00	0,00
II Завтрак								
	ТК№039	ЯБЛОКО	100	2,60	2,90	12,40	86,10	0,00
Итого			100	2,60	2,90	12,40	86,10	0,00
Обед								
	ТК№040	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	10,80	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	189/10/1	4,20	5,20	14,30	120,80	0,00
2012	294	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	10,30	15,00	33,00	308,20	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	92,60	0,00
	ТК№005	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,36	0,16	8,50	40,90	0,00
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,08	0,50	7,70	39,60	0,00
Итого			665	18,04	21,23	87,40	612,90	0,00
Полдник								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	6,30	5,46	0,30	75,50	0,00
2008	333	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	0,33	4,87	20,50	127,20	0,00
	ТК№013	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,40	0,10	7,10	30,90	0,00
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	60	5,28	5,88	24,60	172,44	0,00
	ТК№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,80	0,80	12,80	65,50	0,00
Итого			510	15,81	17,31	75,90	522,54	0,00
Всего				47,74	53,89	230,50	1 597,54	0,00

Повар



М.В.Тестова