

Согласовано

Заведующий
ГБДОУ "РАДУГА" ул.ОДЕССКАЯ д.2.
/ТИМОФЕЕВА Н.Н./

МЕНЮ

11 февраля 2026 г.

Если 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	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	88	0
2012	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	0,6	5	29	0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	3,8	4,5	9	92	0
	ТК№015	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	170	2,6	2,3	12	79	0
Итого			350	8,7	9,5	41,8	288	0
II Завтрак								
	ТК№016	МАНДАРИН	95	1,2	0,9	5	33	0
	ТК№017	ПРЯНИКИ	10	0,9	1,5	5	37	0
Итого			105	2,1	2,4	10	70	0
Обед								
	ТК№018	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	.	1	5	0
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,2	6,3	7,7	104	0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	25/25	5,6	6,2	6,8	106	0
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	2,6	3,4	31,3	166	0
2012	393	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1		10	40	0
	ТК№019	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1	0,1	6,4	31	0
	ТК№012	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,5	7,7	40	0
Итого			555	14,9	16,5	70,9	492	0
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	160	2,8	5	9	92	0
2008	14	СЫР (ПОРЦИОННО)	10	2,3	3		36	0
	ТК№020	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,1		10	41	0
	ТК№014	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,7	0,2	10,6	51	0
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	5,6	6	33,8	212	0
Итого			425	12,5	14,2	63,4	432	0
Всего				38,2	42,6	186,1	1282	0

Повар



Трундукова Г.А.