

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ д/с "Радуга"
_____/Тимофеева Н.Н./

МЕНЮ

10 июня 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	4,5	5,5	13,3	121	0
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	3,6	4,2	27,9	163	0
	ТК№038	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	92	0
Итого			420	11,3	12,5	54,8	376	0
II Завтрак								
	ТК№051	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,9	0,2	18,2	83	3,6
Итого			180	0,9	0,2	18,2	83	3,6
Обед								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4		1,3	7	0
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	189/10/1	1,8	2,1	14,7	86	7,9
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	8,5	10	15,3	185	0
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	130	2,4	6	13,3	121	10
	ТК№031	КИСЕЛЬ ИЗ БРУСНИКИ ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	200	1	1,3	15	76	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			680	16,2	20	73,7	546	17,9
Полдник								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	175	3	3,1	15,8	102	0
	ТК№055	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	2,8	5,5	25	161	0
	ТК№042	МАНДАРИН	100	2,7	3	13	90	0
	ТК№024	ЙОГУРТ В ИНД, УПАКОВКЕ	125	5,6	6,3	5,6	101	0
	ТК№033	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,6	1,1	18,1	92	0
Итого			615	16,7	19	77,5	546	0
Всего				45,1	51,7	224,2	1551	21,5

Повар _____ Куц И.Е.