

Утверждаю

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

МЕНЮ

11 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	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	88	0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	4,5	6	31	196	0
	ТК№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	13,7	88	0
Итого			410	8,7	10,5	60,5	372	0
II Завтрак								
	ТК№035	БАНАН	100	2,8	3,1	13,5	93	0
Итого			100	2,8	3,1	13,5	93	0
Обед								
	ТК№036	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4		0,9	5	0
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ПЕТРУШКОЙ	184/10/5	5,6	8,3	10,3	138	0
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70	7,7	4,5	9,2	108	0
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,1	7	33,5	205	0
	ТК№034	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,1		8,5	36	0
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК№022	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,8	0,8	12,8	66	0
Итого			717	19,7	20,8	87,9	619	0
Полдник								
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	3,5	6,7	14,2	131	0
2012	354	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	0,5	1,8	13	0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	2,9	4	9,7	86	0
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2	0,2	12,7	61	0
	ТК№045	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,3	0,9	15,5	79	0
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	5,3	5,8	28	185	0
Итого			565	16,4	18,1	81,9	555	0
Всего				47,6	52,5	243,8	1639	0

Повар _____ Куц И.Е.