

ГБДОУ "Радуга" Конная, д.9

МЕИЮ

14 сентября 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	1,40	2,10	15,80	87,70	0,00
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200	6,20	7,40	25,00	191,40	0,00
	ТК№041	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	13,70	87,60	0,00
Итого			410	10,40	11,90	54,50	366,70	0,00
II Завтрак								
	ТК№051	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,87	0,17	17,57	80,00	3,48
Итого			180	0,87	0,17	17,57	80,00	3,48
Обед								
	ТК№043	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	6,80	0,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	190/10	3,60	3,90	20,00	129,50	0,00
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	1,77	3,28	6,05	60,90	0,00
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,84	0,10	8,50	42,30	0,00
	ТК№052	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,70	92,40	0,00
	ТК№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,70	61,10	0,00
	ТК№033	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	35	2,63	1,05	18,10	92,40	0,00
Итого			705	12,40	8,69	89,35	485,40	0,00
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	5,86	6,08	14,40	133,56	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№029	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,70	61,10	0,00
	ТК№045	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,30	0,90	15,50	79,30	0,00
	ТК№024	ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	125	5,63	6,25	5,63	101,25	0,00
Итого			585	16,56	18,44	75,83	533,31	0,00
Всего				40,23	39,20	237,25	1 465,41	3,48

Повар

М.В.Тестова

