

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №111 (основной)
Дударева Н.И./**МЕНЮ**
24 ноября 2025 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	1,36	2,04	15,33	65,96	1,75
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	200/5	7,03	8,11	34,19	221,14	0,49
2004	297	КАША ПШЕННАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергии)	150	6,47	7,33	39,61	250,35	0,00
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	0,50
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергии)	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	0,00
Итого			415	11,19	12,55	62,22	371,10	2,74
II Завтрак								
2008	442	СОК	181	0,91	0,18	18,30	83,33	3,62
Итого			181	0,91	0,18	18,30	83,33	3,62
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	45	0,40	0,00	1,30	7,00	2,00
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00	3,10
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,07	3,89	6,06	103,19	0,24
		МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергии)	50	14,66	12,57	0,25	172,48	0,10
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	125	1,80	0,10	8,33	73,70	8,33
2004	224	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергии)	125	1,72	5,10	10,23	94,27	9,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20	1,40
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00
Итого			690	20,57	9,56	80,91	536,09	15,07
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,50	12,60	10,20	104,00	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	145	2,84	2,45	19,21	97,31	9,02
2004	203	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (аллергии)	150	2,85	5,42	23,24	153,39	11,76
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	103,00	0,00
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90	3,00
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	100	2,80	2,50	4,50	56,50	0,30
Итого			560	29,18	26,88	72,82	565,71	12,32
Всего				61,85	49,17	234,25	1 556,23	33,75