

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14

/Новохацкая И.Б./

## МЕНЮ

9 декабря 2025 г.

### Сад 12 часов

Сбор-ник рецеп-тур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энерге-тическая ценность, ккал	Вита-мин C, мг
				Белки, г	Жиры, г	Угле-воды, г		
<b>Завтрак</b>								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00	0,50
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	2,80	13,60	77,00	0,50
<b>Итого</b>			<b>415</b>	<b>11,66</b>	<b>17,80</b>	<b>51,50</b>	<b>351,00</b>	<b>1,00</b>
<b>II Завтрак</b>								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	17,82	77,40	3,60
<b>Итого</b>			<b>180</b>	<b>0,90</b>	<b>0,18</b>	<b>17,82</b>	<b>77,40</b>	<b>3,60</b>
<b>Обед</b>								
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00	5,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,20	5,20	6,60	118,00	6,80
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	18,47	12,07	3,03	221,75	13,76
2008	325	РИС ОТВАРНОЙ	150	3,70	6,30	32,80	203,00	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00	72,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00
<b>Итого</b>			<b>736</b>	<b>29,97</b>	<b>24,66</b>	<b>83,03</b>	<b>731,15</b>	<b>97,56</b>
<b>Полдник</b>								
2012	246	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,30	0,46	0,30	144,40	0,90
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,70	4,60	17,50	119,40	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	15	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,30	0,90	25,90	130,00	0,10
<b>Итого</b>			<b>445</b>	<b>16,42</b>	<b>6,20</b>	<b>71,82</b>	<b>513,00</b>	<b>11,40</b>
<b>Всего</b>			<b>58,95</b>	<b>48,84</b>	<b>224,17</b>	<b>1 672,55</b>	<b>113,56</b>	