

Утверждаю

Заведующий

ГБДОУ детский сад № 14

/Новохацкая И.Б./

**МЕНЮ****11 декабря 2025 г.****Сад 12 часов**

| Сбор-ник<br>рецеп-тур | №<br>техн.<br>карты | Наименование блюда                                 | Выход      | Химический состав |              |               | Энерге-тическая<br>ценность,<br>ккал | Вита-мин<br>C, мг |
|-----------------------|---------------------|--|------------|-------------------|--------------|---------------|--------------------------------------|-------------------|
|                       |                     |  |            | Белки, г          | Жиры, г      | Угле-воды, г  |                                      |                   |
| <b>Завтрак</b>        |                     |  |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2012                  | 1                   | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ                                 | 30         | 3,24              | 4,10         | 7,00          | 62,00                                | 0,00              |
| 2008                  | 189                 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ              | 205        | 6,00              | 8,00         | 27,00         | 203,00                               | 0,50              |
|                       | ТК№043              | КАКАО С МОЛОКОМ                                    | 180        | 3,80              | 3,20         | 15,60         | 107,00                               | 0,60              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>415</b> | <b>13,04</b>      | <b>15,30</b> | <b>49,60</b>  | <b>372,00</b>                        | <b>1,10</b>       |
| <b>II Завтрак</b>     |                     |  |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2008                  | 442                 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ                                       | 180        | 0,96              | 0,24         | 17,80         | 78,00                                | 1,44              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>180</b> | <b>0,96</b>       | <b>0,24</b>  | <b>17,80</b>  | <b>78,00</b>                         | <b>1,44</b>       |
| <b>Обед</b>           |                     |  |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2008                  | 43                  | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ                                 | 50         | 0,80              | 7,60         | 6,00          | 96,00                                | 3,90              |
| 2012                  | 269                 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ                           | 80         | 10,10             | 5,30         | 20,10         | 165,00                               | 0,40              |
| 2012                  | 57                  | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ | 200/10/5   | 5,60              | 8,30         | 10,30         | 141,00                               | 5,10              |
| 2008                  | 129                 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ               | 150        | 2,50              | 2,00         | 9,80          | 67,00                                | 5,90              |
| 2012                  | 392                 | ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 180/6      | 0,00              | 0,00         | 8,40          | 34,00                                | 0,00              |
|                       | 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              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>731</b> | <b>22,58</b>      | <b>24,15</b> | <b>78,10</b>  | <b>620,00</b>                        | <b>15,30</b>      |
| <b>Полдник</b>        |                     |  |            |                   |              |               |                                      |                   |
| 2008                  | 224                 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА                               | 130        | 23,01             | 11,83        | 20,93         | 283,30                               | 0,20              |
| 2008                  | 434                 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ                                   | 200        | 6,00              | 4,00         | 9,80          | 98,90                                | 1,10              |
|                       |                     | МАНДАРИН СВЕЖИЙ                                    | 100        | 0,80              | 0,20         | 7,50          | 38,00                                | 15,20             |
|                       | ТК№018              | ПЕЧЕНЬЕ  | 30         | 2,28              | 3,00         | 26,00         | 111,00                               | 0,00              |
| <b>Итого</b>          |                     |  | <b>460</b> | <b>32,09</b>      | <b>19,03</b> | <b>64,23</b>  | <b>531,20</b>                        | <b>16,50</b>      |
| <b>Всего</b>          |                     |  |            | <b>68,67</b>      | <b>58,72</b> | <b>209,73</b> | <b>1 601,20</b>                      | <b>34,34</b>      |