

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад № 14
_____/Новохацкая И.Б./**МЕНЮ**

8 мая 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 | 1,30 | 2,91 | 16,18 | 94,93 | 1,78 |
| 2024 | ТК № 30 | КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ | 150 | 8,37 | 8,32 | 20,51 | 194,15 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 31 | ЧАЙ С САХАРОМ | 180 | 0,14 | 0,00 | 6,09 | 24,86 | 0,03 |
| 2024 | ТК № 32 | ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 4,00 |
| Итого | | | 460 | 10,21 | 11,63 | 52,58 | 360,94 | 5,81 |
| II Завтрак | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 33 | КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ | 200 | 2,93 | 5,00 | 13,49 | 90,89 | 0,00 |
| Итого | | | 200 | 2,93 | 5,00 | 13,49 | 90,89 | 0,00 |
| Обед | | | | | | | | |
| 2024 | ТК № 34 | ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО) | 50 | 0,65 | 0,00 | 2,45 | 13,00 | 0,00 |
| 2012 | 73 | РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ | 180/10/10 | 4,06 | 5,86 | 6,77 | 100,86 | 4,16 |
| 2024 | ТК № 35 | КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ | 70 | 8,33 | 6,58 | 18,63 | 118,34 | 0,00 |
| 2008 | 134 | КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ | 150 | 3,25 | 9,74 | 22,92 | 197,39 | 10,68 |
| 2024 | ТК № 36 | НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ | 180 | 0,05 | 0,00 | 14,63 | 58,29 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 37 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 1,99 | 0,26 | 12,72 | 61,19 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 21 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ | 30 | 2,25 | 0,87 | 15,42 | 78,60 | 0,00 |
| Итого | | | 710 | 20,58 | 23,31 | 93,54 | 627,67 | 14,84 |
| Полдник | | | | | | | | |
| 2008 | 309 | РАГУ ИЗ ПТИЦЫ | 200 | 10,48 | 12,90 | 15,29 | 280,00 | 0,00 |
| 2012 | 393 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 195/7 | 0,20 | 0,01 | 8,22 | 34,91 | 0,00 |
| 2024 | ТК № 28 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ | 25 | 1,66 | 0,22 | 10,60 | 50,99 | 0,00 |
| 2008 | 464 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ | 60 | 5,22 | 4,23 | 45,51 | 184,42 | 0,00 |
| Итого | | | 487 | 17,56 | 17,36 | 79,62 | 550,32 | 0,00 |
| Всего | | | | 51,28 | 57,30 | 239,23 | 1 629,82 | 20,65 |