

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ д/с №67 Кировского района
_____/Батусова К.В./

МЕНЮ
5 декабря 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								
2014	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	5,60	5,58	11,98	121,43	0,05
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	5,37	7,22	26,58	192,38	0,48
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (аллергики)	180	6,21	6,45	28,93	199,33	0,53
	028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,95	2,31	11,66	79,76	0,50
2014	266	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
Итого			400	13,92	15,11	50,22	393,57	1,03
II Завтрак								
2008		ЙОГУРТ	125	3,50	3,13	5,64	70,67	0,88
2008		ГРУША (аллергики)	74	0,30	0,22	7,65	34,91	3,71
Итого			125	3,50	3,13	5,64	70,67	0,88
Обед								
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,40	0,05	0,85	6,50	2,50
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,27	5,37	10,80	113,39	7,29
2008	76	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ (аллергики)	200	1,62	0,16	10,85	51,58	7,88
2008	228	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70	13,27	0,50	0,40	58,93	0,51
2008	252	МЯСО ОТВАРНОЕ (аллергики)	70	18,79	16,07	0,60	221,98	0,25
2008	378	СОУС ПОЛЬСКИЙ	20	0,68	11,76	0,17	109,39	0,21
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,73	4,36	18,49	124,48	8,98
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (аллергики)	130	2,16	4,44	17,46	118,58	8,82
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,54	0,00	29,70	122,40	10,80
2014	266	ЧАЙ (аллергики)	180	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,00	0,30	12,70	61,20	0,00
Итого			700	23,89	22,34	73,11	596,29	30,29
Полдник								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	150/13	26,60	13,60	33,00	376,36	0,00
2008	323	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (аллергики)	150	8,50	7,56	38,43	255,40	0,00
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,91	5,09	9,78	110,00	1,09
2014	266	ЧАЙ (аллергики)	200	0,19	0,00	0,41	2,41	0,04
2008		ПРЯНИКИ	30	1,77	1,41	22,50	109,80	0,00
2008		ГРУША	70	0,28	0,21	7,21	32,91	3,50
Итого			463	34,56	20,31	72,49	629,07	4,59
Всего				75,87	60,89	201,46	1 689,60	36,79

Бухгалтер _____

Диетсестра _____ Смирнова О.В.

Повар _____ Трачук Г.Н.