

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ детский сад №1
/Мартынюк А.В./

12 мая 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	35	1,61	2,87	20,90	114,40	5,79
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	6,69	7,18	30,40	213,66	0,57
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,70	2,04	11,00	73,72	0,44
Итого			420	11,00	12,09	62,30	401,78	6,80
II Завтрак								
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	182	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Итого			182	0,96	0,24	17,80	78,00	4,30
Обед								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	43	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	75	10,71	4,21	6,07	104,90	0,22
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	2,64	2,74	11,42	81,61	8,49
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	175	0,11	0,10	14,44	59,57	0,99
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,26	0,90	15,48	79,20	0,00
Итого			693	21,76	12,69	81,43	540,48	14,80
Полдник								
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	55	9,64	8,63	8,86	151,50	0,00
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,93	3,24	19,52	119,70	9,14
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	2,28	0,27	14,20	68,34	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,56	3,66	29,46	168,80	0,08
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
2008	435	КЕФИР	109	3,16	2,72	4,35	57,69	0,76
Итого			564	22,57	18,52	76,39	566,03	9,98
Всего				56,29	43,54	237,92	1 586,29	35,88