

Утверждаю



Заведующий

ГБДОУ № 118

/Колесова Е.В./

МЕНЮ

21 января 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	35	1,01	0,26	20,83	56,80	8,00
2024	ТК № 48	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	150	3,07	3,28	9,68	80,93	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	3,15	2,98	12,75	90,77	0,00
2024	ТК № 24	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	98	0,94	0,24	8,82	44,69	37,24
Итого			483	8,17	6,76	52,08	273,19	45,24
II Завтрак								
2024	ТК № 49	РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ	167	5,00	4,17	7,83	90,00	0,00
Итого			167	5,00	4,17	7,83	90,00	0,00
Обед								
2011	77	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ	55	7,23	8,75	7,73	109,97	0,00
2024	ТК № 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	170/30/1	1,25	1,78	9,59	23,57	0,54
2024	ТК № 51	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	28,30	4,28	5,72	48,96	0,00
2011	317	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150	3,34	1,05	14,00	45,09	0,00
2024	ТК № 52	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,00	0,00	6,81	27,22	0,00
2024	ТК № 20	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	2,57	0,93	11,67	65,33	0,00
2024	ТК № 5	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	18	1,38	0,37	9,77	0,00	0,00
Итого			697	44,07	17,16	65,29	320,14	0,54
Полдник								
2012	41	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ	50	0,43	0,10	5,84	25,23	0,00
2024	ТК № 66	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	2,95	4,78	25,01	154,32	0,00
2008	442	СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	167	0,83	0,33	20,00	83,33	0,00
2024	ТК № 53	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,11	0,30	7,83	0,00	0,00
Итого			382	5,32	5,51	58,68	262,88	0,00
Всего				62,56	33,60	183,88	946,21	45,78

Врач (диетсестра) _____