ГБДОУ № 118

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ № 118
/Колесова Е.В./

МЕНЮ

27 января 2026 г.

Сад 12 часов

Сборник рецептур	№ техн. карты	Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал	Витамин С, мг
				Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак								
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	35	1,26	0,33	20,37	47,33	6,67
2024	ТК № 8	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	150	2,18	2,33	13,21	82,82	0,00
2024	ТК № 9	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	2,64	2,44	11,99	80,86	0,00
2024	ТК № 10	АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	56	0,50	0,11	4,54	24,08	33,60
Итого			**441**	**6,58**	**5,21**	**50,11**	**235,09**	**40,27**
II Завтрак								
2024	34	ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	125	4,38	3,13	15,00	106,25	0,00
Итого			**125**	**4,38**	**3,13**	**15,00**	**106,25**	**0,00**
Обед								
2011	23	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	40	0,00	3,05	0,00	27,47	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	190/10/1	6,53	2,40	6,97	19,03	0,02
2024	ТК № 12	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	135	1,11	0,99	0,29	14,43	0,12
2024	ТК № 13	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	180	0,00	0,00	9,79	39,12	0,00
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	1,07	0,39	4,86	27,22	0,00
2024	ТК № 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,09	0,29	7,70	0,00	0,00
Итого			**581**	**9,80**	**7,12**	**29,61**	**127,27**	**0,14**
Полдник								
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	1,77	1,22	5,82	22,66	0,00
2012	126	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	2,82	0,67	22,68	10,55	0,00
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	139	0,69	0,28	16,67	69,44	0,00
2024	ТК № 14	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	10	1,07	0,39	4,86	27,22	0,00
2024	ТК № 16	ПЕЧЕНЬЕ	21	1,68	5,25	15,75	87,57	0,00
Итого			**380**	**8,03**	**7,81**	**65,78**	**217,44**	**0,00**
Всего				**28,79**	**23,27**	**160,50**	**686,05**	**40,41**

Врач (диетсестра) _____