

Утверждаю

Заведующий
ГБДОУ№88
_____/Резникова С.С./

МЕНЮ
16 октября 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	31	1,32	2,94	16,34	95,87	1,80
2024	ТК № 30	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	8,37	8,32	20,51	194,15	0,52
2008	324	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (аллергики)	150	2,20	4,40	25,50	150,00	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			461	10,23	11,66	52,74	361,88	6,35
II Завтрак								
2024	ТК № 33	КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	203	2,96	5,05	13,62	91,80	1,41
Итого			203	2,96	5,05	13,62	91,80	1,41
Обед								
2024	ТК № 34	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО)	50	0,63	0,05	2,38	12,61	40,00
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	180/10/10	2,11	3,04	4,95	97,95	4,77
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,40	4,00	9,30	135,30	0,50
2011	142	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	149	3,28	9,98	23,12	196,22	10,69
2024	ТК № 36	НАПИТОК ИЗ КЛЮКВЫ, ПРОТЕРТОЙ С САХАРОМ	180	0,05	0,03	14,54	57,94	0,10
2024	ТК № 37	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	27	1,79	0,23	11,45	55,07	0,00
2024	ТК № 21	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	29	2,16	0,84	14,80	75,46	0,00
Итого			705	20,42	18,17	80,54	630,55	56,06
Полдник								
2008	309	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	197	10,38	12,77	15,14	277,20	10,99
2008	141	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ (аллергики)	128	2,77	10,00	10,39	143,52	8,91
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	193/7	0,20	0,01	8,22	34,91	1,15
2008	430	ЧАЙ С САХАРОМ (аллергики)	180	0,17	0,00	13,44	54,41	0,04
2024	ТК № 28	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	23	1,51	0,20	9,65	46,40	0,00
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	56	4,81	3,90	41,91	169,81	0,00
Итого			476	16,90	16,88	74,92	528,32	12,14
Всего				50,51	51,76	221,82	1 612,55	75,96

Медицинская сестра _____ Жук О.Г.